中国国家地理
CHINESE NATIONAL GEOGRAPHY
荣誉出品

2018 总第150期 04
RMB30元/HK$40元
国际标准刊号 ISSN-1672-8971
国内统一刊号 CN11-5247/G2
邮发代号 80-253
www.dili360.com

CHINESE HERITAGE

中華遺産

特别策划

修仙记


修仙：有多少种途径
仙人：为何总有一把剑在手
仙山：群仙的洞天福地
葫芦：最"仙"的蔬菜
符箓：是天书还是鬼画符

流坑村的科宦奇迹
法国吉美艺术博物馆

ISSN 1672-8971




9 771672 897083 04>


中华遗产
再现最美的古典中国





中国国家地理 CHINESE NATIONAL GEOGRAPHY 中華遺産



梳理华夏文明
叩击历史星空

中国国家地理 CHINESE NATIONAL GEOGRAPHY | 中華遺産 | 叩击历史星空 梳理华夏文明 | UNESCO 联合国教科文组织支持期刊

《中华遗产》杂志· 月刊· 每月1日出版

国际标准刊号 / ISSN 1672-8971 **国内统一刊号** / CN11-5247 / G2 **广告经营许可证** / 京丰工商广字第0051号

编辑出版 / 中华遗产杂志社 **社址** / 北京市朝阳区大屯路甲11号 **邮编** / 100101

总机 / （010）64865566 **网址** / www.dili360.com **会员热线** / 4006-521-360

主管 / 中国出版传媒股份有限公司 **主办** / 中华书局有限公司

协办 / 中华人民共和国住房和城乡建设部 · 中华人民共和国国家文物局 · 中国联合国教科文组织全国委员会

支持 / 联合国教科文组织北京代表处

E-mail / ch@cng.com.cn
电　　话 / （010）64868508
（010）64865566（转）310-318
传　　真 / （010）64868508

定　　价 / 中国大陆 · 人民币30元
港 澳 台 · 港币40元

特别承诺 / 本刊凡出现印装差错，一律由印厂调换。
制版 / 北京美光制版有限公司　**地址** / 北京市经济技术开发区东环北路3号
印刷 / 北京华联印刷有限公司　**邮编** / 100176　**电话** / （010）67876655

目录 | CONTENTS

特别策划 修仙记



他们游走在名山幽壑，或市井勾栏，或大罗天界。他们希望战胜死亡、扭转命运，享受现世的逍遥快乐。他们塑造了一个奥妙无穷的异次元世界。他们向世人敞开大门，欢迎所有人依法修行，与之为伍。他们就是——仙。也许他们怪诞虚妄，但传承了数千年之久的修仙之道，却是中国人现实主义与浪漫主义相结合的结晶。









栏目

封面故事

修炼即可成仙。神话人物大禹，就在九嶷山飞升成仙。而他的妻子涂山氏，也是人们心目中的女仙。画中飘然立于水上的涂山氏传为九尾狐，另一种说法是，其部族以狐为图腾。

绘画 / 鹿菏



像神仙一样活着

撰文／黄秀芳

有一天，齐景公喝酒喝得正高兴时，突发奇想："从古以来如果没有死亡这件事，那会有怎样的快乐呢？""从古以来如果没有死，现在之乐就是古人之乐了，您能得到什么呢？"齐国大夫晏子说。确实，如果古人不死，那还有后人什么事呢。

记载于《左传·昭公二十年》的这段君臣对话，让人看到了人的欲望与自然规律的不可调和——有生必有死。

人生苦短其实是一个永恒命题，于是才有各种宗教文化应运而生，为人们寻找良方。基督教说，交给上帝吧。行善积德，来世可以进入天堂，复活永生；佛教说，人生就是苦，生老病死，贫病加交，积德行善吧，超脱六道轮回，可以达到永生的彼岸。而道家说，认真修炼吧，可以不死成仙。

有趣的是，数千年后，把信仰寄托在来世、彼岸的宗教，还都被大多数人信奉着，而不死成仙之说，至今却已无人相信。各中原因很简单，因为那些讲来世的都不可证——无法判断真伪，而今世却是活生生的摆在人眼前——大家都看到了，古往今来就没有不死之人，顶多就是有人活得长一些而已。

看起来，成仙说充满了虚妄。但若试着以原始思维来看，它却是一种真实且真诚的信念。

原始思维是怎样的？北大哲学系教授于春松在其著作《仙与道——神仙信仰与道家修身》中说："人必有一死，或者说，有生就有死，只是理性时代的观念。"换句话说，在原始思维里，死不是必然的。据人类学家的调查，在世界各地很多原始部落的观念里，死亡是一件极为偶然的事，或许是因仇人的咒语，或许是自己对神灵的不敬，甚至可能只是灵魂开了一个小差。如此一来，死亡就是可以抵抗并消解的。

描写上古的奇书《山海经·海内西经》里就有不死之法："开明东有巫彭、巫抵、巫阳、巫履、巫凡、巫相，夹窫窳之尸，皆操不死之药以距之。"在中华圣山昆仑山里，有6位巫师，手捧不死药要救活蛇身人面的窫窳（yà yǔ）。《山海经》里不仅有不死药，还有不死树、不死民、不死国，可见不死在彼时，相当平常。

救人于不死的巫师，在古代社会是一群高智商的人，掌握着沟通神与人、天与地的方法——巫术。春秋时期，理性主义高扬，巫的地位降低，但仍留存民间，有的成为方士。不死的愿望，也未曾消失，在方士、道家的影响下，不死，从传说落入人间——上至帝王下至百姓，都热衷于寻找、探索各种不死之道。漫漫修仙路，展露出中国人的又一特质：对现世的看重，也即——贵生。也是，来世可期之类的话，究竟只是一个安慰，远不如像神仙一样活着。

四月令

节气

清明、谷雨

节俗

清明

扫墓祭祖，折柳踏青

牵钩（拔河）、蹴鞠

斗鸡、放纸鸢

谷雨

南方谷雨摘新茶

北方谷雨食香椿

胶东渔家祭海

求海神保平安

陕晋鲁等地贴谷雨符

驱害虫求丰收

是月诗

燕子来时新社

梨花落后清明

池上碧苔三四点

叶底黄鹂一两声

日长飞絮轻

巧笑东邻女伴

采桑径里逢迎

疑怪昨宵春梦好

元是今朝斗草赢

笑从双脸生

《破阵子·春景》——宋·晏殊



《龚野遗墨迹·十二月令山水图册之四》

美国大都会艺术博物馆 藏

四月，鸢飞草长，正宜携亲伴友，赴外远足。画家龚贤以中锋用笔，层层积墨，描绘了金陵（南京）四月的山川景物。这种反复皴擦积染的手法，使墨色既浑厚，又仍有深浅、浓淡的层次变化，尤其对阳面留白、阴面积墨的处理，更被视作龚贤重现西方绘画明暗法效果的一种企图。

龚贤（1618-1689年）

明末清初画家，“金陵八大家”之一，作品不拘古法，被后人奉为一代独创主义大师。



戏曲人物画的变形，可与其他艺术流派相结合，如西洋画派、剪纸艺术等。图为京剧演员、画家杨渊所绘尚小云演《出塞》，将戏曲人物融入到了水墨国画中。供图／东方IC

理解中国的文脉才能体会“变形”。

—— 近日，“水墨锣鼓——中国戏曲人物画大展”在上海刘海粟美术馆展出。上海美术学院教授李超在展览研讨会上提出，历史上因为元曲的兴盛，中国戏曲的人物画提升到一个画种。人物画不断“变形”，推陈出新，其背后有一个重要的文脉在支撑。

小剧种扶持需要与非物质文化遗产保护结合起来。

—— 全国现有戏曲剧种348个，但很多小剧种生存状况不容乐观。近日，在全国人大会议上，昆曲艺术家柯军提议，政府应该制定不同的扶持政策，以利于不同生存现状的戏曲剧种更好地生存、发展。如建立专门的“传统戏剧类非物质文化遗产保护中心”，扶持建立专业剧团，等等。

中国现存最早古老的酒来自秦代。

—— 近期，陕西省西咸新区发掘清理了56座古墓，多为战国晚期至秦代。其中出土了约300毫升的乳白色透明液体，经检测属于酒类物质。陕西省考古研究院研究员许卫红介绍，这瓶酒经过2000多年仍存丰富的氨基酸物质，体现了当时的酒业酿造水平。这是秦人生前好酒习俗的体现，也透射出秦帝国对周礼制度的延承。

中国的肖像画，像还是不像？

—— 传统肖像画，是否真实反映人物形象？近期，学者马凌撰文认为，有时求“酷肖”，有时要“程式”，肖像的像与不像均有其目的性。肖像与政治权力、社会地位、追逐名望、渴望不朽、以资纪念等等，密不可分。文人肖像画家要塑造自己的象征性文化身份；帝后肖像则是统治文化的一部分。

西方传教士颠覆中国传统雕版印刷。

—— 近日，学者柳向春对苏精所著《铸以代刻》发表书评，认为在西方传教士颠覆中国传统雕版印刷的过程中，先是石印对传统的雕版，几乎形成压倒性优势，而后因铅印等更加便捷的现代印刷手段在传教士的发明与引进下，广义的“铸以代刻”才真正成为现实。



食梦貘
我们梦中相见

撰文、供图／盛文强

由日本浮世绘画家葛饰北斋绘制的《食梦貘》

日本作家小泉八云在《怪谈》中提到“食梦貘”，这是出现在夜晚的一种怪兽，它能吃掉人们的噩梦，原本无形无质的梦境，却可以拿来当饭吃，这便是貘的神奇之处。因为有了貘，睡梦才格外安稳，噩梦消弭于无形，顺便将噩运也一并带走了。

中国人也关注“貘”，而且关注得还很早。清代学者郝懿行认为，“貘”曾是一种想象中的动物，《山海经》里的猛豹即貘豹。生活在公元4世纪的博物学家郭璞，在注《山海经》时认为猛豹“似熊而小，毛浅，有光泽，能食蛇，食铜铁，出蜀中”。他为《尔雅》做注时，又说“似熊，小头庳脚，黑白驳，能舐食铜铁及竹节”。从这样的描述来看，像极了四川的熊猫，只不过并不是。

“貘”是实有的动物，今人并不陌生。河南安阳曾发现貘骨，它与马和犀牛是近亲，是奇蹄目的哺乳动物，腰部和背部白，头及四肢黑，也是黑白驳杂，长着大象一样的长鼻，但比象鼻短，看上去只有半截，鼻子还可自由伸缩。古人一定很少见这种动物，口耳相传，才奇之怪之。那它又是怎样一步步演变，再东渡日本，成为妖怪一样的存在？

从中国古代文物中，不难找到貘的身影，湖北石家河文化遗址中出土过陶貘，周代青铜器中常见貘尊，汉画像中亦有貘拖着鼻子出没的身影……这些貘的形象都较为写实，憨态可掬。当时的南方丛林密布，多有沼泽，貘兽就出没在其间，喜欢吃汁液丰富的野草，吃饱便在泥中打滚。《后汉书·哀牢夷传》中提到当地产貘兽，司马相如《上林赋》中也有“其兽则獑㺜貘犛，沈牛麈麋”的句子。

可惜的是，貘是食草动物，喜欢生活在湿热环境，后因气候变动，中原显然不再适合貘的生存，至晚在汉代以后，貘就在中原灭绝了。

貘被异兽化，是博物学家的功劳，他们乐于谈及异兽，因为是学问渊博的象征。比如，唐人段成式在《酉阳杂俎》中称之为貊泽，说它的油膏



不识古貘真面目

古代貘的中国影像，留存在艺学轩影宋本《尔雅音图》中。这本插画版辞书为貘所做的注解是：“貘，白豹。”从图看来更似一只长鼻、发如豺、趾似虎、黑白杂色的小熊。可能时人已不知它的真实面貌了。



夜来食梦知多少

中国的上古神兽貘，在日本变身为一只可爱的怪兽，在朦胧的夜色中启程，到人们居住的地方，轻声低叫，吸食人们的噩梦，带给人一夜的安眠。

绘画／彭斯

腐蚀性极强，放在铜器铁器中，都会蚀透，这一古怪的属性，或是源自貘能食铁的古老传说。

由食铁到食梦，是至坚之物到至柔的衍化。或许正是貘食铁的无往不利，才能在噩梦面前一显身手。唐代诗人白居易曾有头痛症，请画师在小屏风上画了貘，睡觉时以屏风环绕头部，症状得以减轻。白居易为此专门写了一篇《貘屏赞》，提到了貘的来历："貘者，象鼻犀目，牛尾虎足，生于南方山谷中。寝其毗辟瘟，图其形辟邪。予旧病头风，每寝息，常以小屏卫其首。"白居易用貘屏驱病，可见时人是将貘当作瑞兽的，具有辟邪辟瘟的奇效，想象中的神兽，在概念上发生了互渗，这处记载，算是貘能食梦的一点端倪。

在日本，汉文古籍的传入，使貘的形象呈现出碎片化的属性，重新拼贴之后，终成食梦兽。丰臣秀吉曾命人在枕头上画了貘，又用貘皮做褥子，以驱逐邪气。在日本画家葛饰北斋的笔下，貘是个毛绒绒的长鼻兽。日本江户时期的彩绘《怪奇鸟兽图卷》里，它招摇的长鼻也与世间纷纭的梦境对应。

貘的长鼻，是它吸食噩梦的工具，用长鼻指向室内熟睡之人，即可吸走噩梦。同样，貘还能把吃掉的梦重现出来，貘的身躯同时充当着梦的容器，只是时间不可过久，否则梦就会被消化。在夏天的夜晚，小泉八云曾于半梦半醒之中，看到貘"在月光的照耀下之，宛如一只大猫，轻盈跃上房顶，一栋又一栋，悄无声息地腾挪，飞掠而去"。



鱼符
唐代官员的“身份证”

撰文 / 朋朋

隋唐时，文武官员身上出现了一种非常别致的“证件”。鱼形，有小孔，分左右两半，可随身佩戴，叫做“鱼符”。

符是古代传达命令或征调士兵的凭证。左右两半，一半存在朝廷里，一半给出征兵将或地方官员，两半相合叫“符合”，表示命令经过验证是可信的。战国时，秦国出现了虎符；汉代除虎符外，还有竹子制作的竹使符。隋朝开皇九年（589年），朝廷给地方郡守发放了木头制成的鱼符。到了唐代，唐高祖李渊为了避祖父李虎的名讳，废除虎符，全面改为鱼符。

唐朝国姓李，鱼符也是鲤鱼状，有以“鲤”喻“李”之意。当时的鱼符可分为两类：一类是朝廷调兵遣将、更换地方长官之用；一类是大臣随身携带，表明身份等级。小小的鱼符上，刻写着官员的姓名、任职衙门及官位品级等信息。鱼符中间，有一个“同”字形榫卯可相契合。有些还在中缝处刻“合同”二字，左右两半每边只有半边字，合在一起才见完整的“合同”。佩戴时，有专门用来盛放鱼符的鱼袋。唐朝初年，只有五品以上官员才能佩鱼符，且在退休、离任或去世后要把鱼符鱼袋上交。但到后来，等级较低的官员也开始佩戴。唐中宗后，鱼符更是演变成一种终身的佩饰，作为证件的作用逐渐减弱，表明地位的作用则更加突出。这样一来，实际上满朝文武都可以佩鱼，杜甫还写诗说“银甲弹筝用，金鱼换酒来”呢。

身份职位不同，鱼符的材质也不一样。《大唐六典》记载：太子用玉，亲王用金，一般官员用铜。而装鱼符的鱼袋也有区别，四至五品穿红色官服者佩银鱼袋，也就是用银装饰，三品以上穿紫色官服者可以佩金鱼袋。

武则天当政时，曾将鱼符改成龟符。有人说，这是因为龟代表神兽玄武，玄武则寓意武则天的“武”姓。装鱼的鱼袋也因此变成了龟袋。“无端嫁得金龟婿，辜负香衾事早朝”，就是说挂金龟袋的人肯定是三品以上的高官，每天都得一大早起床上朝。我们现在把身份高贵的女婿称为“金龟婿”，便出自这里。不过龟符龟袋的存在时间很短，唐中宗即位后，又把龟符恢复成鱼符，到晚唐时期，其实早已经没有金龟袋了。

而鱼符流行的时间也并不长。宋代已不再使用，只保留鱼袋作为区分官员等级的标志。最尊贵的依然是“金紫”和“银绯”。苏轼曾写“腰跨金鱼旌旆拥”，这里的“金鱼”，也只能是鱼袋，而没有鱼儿了。



压题图是一件唐代铜鱼符，其主人的职位是“右领军”。至宋代，鱼符不再使用，只留象征性的鱼袋以标志身份。上图是台北故宫收藏的宋《春游晚归图》局部，展现了官员佩鱼袋的形象。拉线所指是一件南宋木鱼袋，虽为陪葬物，但形制与实用器大体无别。
摄影/动脉影　供图/FOTOE

宋太祖赵匡胤赋予主帅生杀大权的锦囊密信竟然是……

一封锦囊定江南

撰文／莫大

宋开宝七年（974年），赵匡胤已经平定了荆湖、南汉、后蜀，统一中原指日可待。赵匡胤对前来议和的南唐使者徐铉说："江南有何罪，但天下一家，卧榻之侧，岂可许他人鼾睡。"十月，寒冬将至，南征的准备工作完全停当，元帅是大将曹彬，副将是同样能征善战的潘美。按惯例，赵匡胤在众将出征前，安排了一场酒宴践行，地点就在皇城的讲武殿中。

酒过三巡，赵匡胤把曹彬和潘美叫到面前，说道："如今一切都托付于曹爱卿了，切记不可侵犯百姓，烧杀掠抢。"他从怀中取出一个锦囊，交给曹彬，"违令扰民者如何处置，我都写在这锦囊密令之中了。无论是潘美，还是其他将领，只要有人犯了罪，你打开锦囊，依令直接问斩便可，无须奏禀。"听完这番话，潘美只觉得骨头都软了，站也站不起来。毕竟，太祖将那藏着生杀密令的锦囊给了曹彬，就等于把以潘美为首的南征诸将的性命一起交给了曹彬。稍有差池，锦囊一拆，多少战功都不能救命了。

果然，赵匡胤的锦囊如同悬在南征诸将头上的达摩克利斯之剑，时刻提醒着他们要遵守军纪，秋毫无犯。直到南唐覆灭，锦囊始终没有机会打开。讲武殿又一次摆下酒宴，这是庆功宴。曹彬将一直随身带着的锦囊交还给太祖："蒙官家圣恩，臣等领兵南下，所幸大功告成，没有辜负您的期许。至于这锦囊，也原封未动。臣不敢私藏，特此交还。"

"好！不过，你们不想知道这锦囊里的旨意吗？"赵匡胤一边说，一边拆开锦囊，取出那封密令，缓缓展开：竟是一张白纸！曹彬与潘美惊呆了。此时曹彬感受到的是太祖的"威"：所幸南征一路无人触犯军纪，自己也没有借着锦囊在握而滥用权威，否则自己将如何自处？潘美却感受到了"恩"：看来太祖只是为了警醒自己和诸将，而不是真的要擅杀将领。

赵匡胤为何要搞出这么一封白纸锦囊呢？这其实是平后蜀之战留给他的教训。当时挂帅的是悍将王全斌，他不顾赵匡胤的嘱咐，纵容手下在成都城中作威作福，引发了蜀军哗变，损失惨重。这深深触动了赵匡胤，严明军纪、重建威望成了他最迫切的需求。而白纸锦囊，就是他向手下诸将做出的表态：用锦囊替主帅曹彬立威，而用白纸告诉曹彬，绝对权威仍在自己手中。重重威信借着白纸锦囊建立起来，后蜀危机便再不会发生。

一封锦囊，一张白纸，赵匡胤御将的权术，展露无遗。



曹彬

生卒年／931年–999年

籍贯／真定灵寿（今河北正定）

爵位／鲁国公，赠济阳郡王

谥号／武惠

宋初军纪不严事件

· 乾德三年（965年）

王继勋纵容新兵抢掠汴京城人家子女，扰乱京城秩序，造成恐慌。

· 乾德四年（966年）

王全斌平定后蜀后，纵容士兵在成都掠抢，引发后蜀全师雄兵变。

· 乾德五年（967年）

张美在沧州强娶民女、掠夺民财，遭到郡民上告。

世界遗产地

印度 · 新德里顾特卜塔及其周边遗迹

伊斯兰征服印度大陆的见证

摄影／周剑生

迄今为止，这个星球上最高的建筑，当属迪拜人花费15亿美金打造的哈里法塔。828米的傲世雄姿，将“世界第一高楼”的荣耀留在了中东。事实上，伊斯兰文明对“高度”的追求和迷恋由来已久。当它在12世纪晚期征服印度大陆后，便用建立一座高塔——顾特卜塔的形式，宣告了它的荣威。作为印度最高塔，也是印度最早的伊斯兰风格建筑，1993年，联合国教科文组织将顾特卜塔及其周边的清真寺、墓葬等遗迹，列入《世界遗产名录》。

入选理由 

· 顾特卜塔及其周边遗迹是见证人类历史上重要阶段的建筑及景观的杰出范例。





地理位置

位于印度新德里Mehrauli古城的Aurobindo Marg路上，乘坐轨道交通黄线到Qutub Minar站，往北2公里即到。

胜利者的丰碑

这原本是德里最后一个印度教统治者乔汉为其王后建造的纪念物。1192年，当乔汉被来自阿富汗中部的穆斯林所击败，战胜者顾特卜·乌德·丁·埃贝克，便立刻着手将其改建成宣礼塔，以昭示伊斯兰文明在印度大陆的开疆拓土。其别名“胜利塔”，毫不掩饰地彰显了获胜者的骄傲。在几任继承者的推动下，建塔工程一直持续到1368年才完工。据说原本有7层，现仅余5层。

顾特卜塔

高72.5米
基座直径14.32米
塔顶直径2.75米
1~3层用红砂石建造
4~5层用白大理石夹红砂石
塔内379级台阶
距今800余年

印度的伊斯兰进程

711年

阿拉伯帝国的倭马亚王朝入侵印度信德和旁遮普地区，强迫居民信奉伊斯兰教，遭遇强烈反对后作罢

997年

信奉伊斯兰教的伽兹尼王国连续发动十七次针对印度的“圣战”，占领卡瑙季地区，残杀5万多异教徒，并焚烧其寺院庙宇

1030年后

突厥廓尔部古尔王公家族在阿富汗中部崛起，建立信奉伊斯兰教的古尔王朝。国王之弟穆罕穆德·古尔，用23年的时间，征服印度北部及印度河流域，将所占地域交给亲信顾特卜·乌德·丁·埃贝克管辖

1206年

埃贝克在古尔死后，建立政教合一的德里苏丹国，统治印度320多年

1526年

蒙古人巴布尔在印度建立莫卧儿帝国，主要信奉伊斯兰教

1556年

阿克巴大帝继位，规定国王对伊斯兰法的解析具有最高裁决权，彻底摆脱宗教对政治的控制，并允许原为印度教徒的穆斯林恢复其祖上信仰

1857年

莫卧儿王朝被英国所灭。印度多种宗教并存的局面延续至今

资料来源：孙挺进《说周边历史，话疆域变迁》

印度第一座清真寺

顾特卜塔所在处，原为一片庙宇。西亚穆斯林入侵后，周边27座印度教和耆那教神庙被捣毁，拆下的石材大都用于建造“Quwwat-ul-Islam”清真寺（意为“伊斯兰强盛”），以抹灭“异教”的影响。不过，这种破坏性活动显然贯彻得不甚彻底，清真寺遗址的柱廊上，仍保留着精细的印度神像和图腾浮雕，有悖于伊斯兰禁绝偶像的传统。



1600年不锈的铁柱


顾特卜塔塔身装饰着凸起的《古兰经》经文和繁密的花纹（下图）。塔下便是清真寺遗址，其中庭内兀自矗立着一根7米高、6吨重的大铁柱（右图）。柱上梵文显示，它的诞生是为了纪念笈多王朝伟大的超日王——旃陀罗笈多二世（375—412年在位）。令人感叹的是，当神庙变成清真寺，当清真寺又化为废墟，这根铁柱却挺立如故，历经千载风雨，仍无丝毫锈痕，堪称印度乃至全人类冶金史上的一大奇迹。



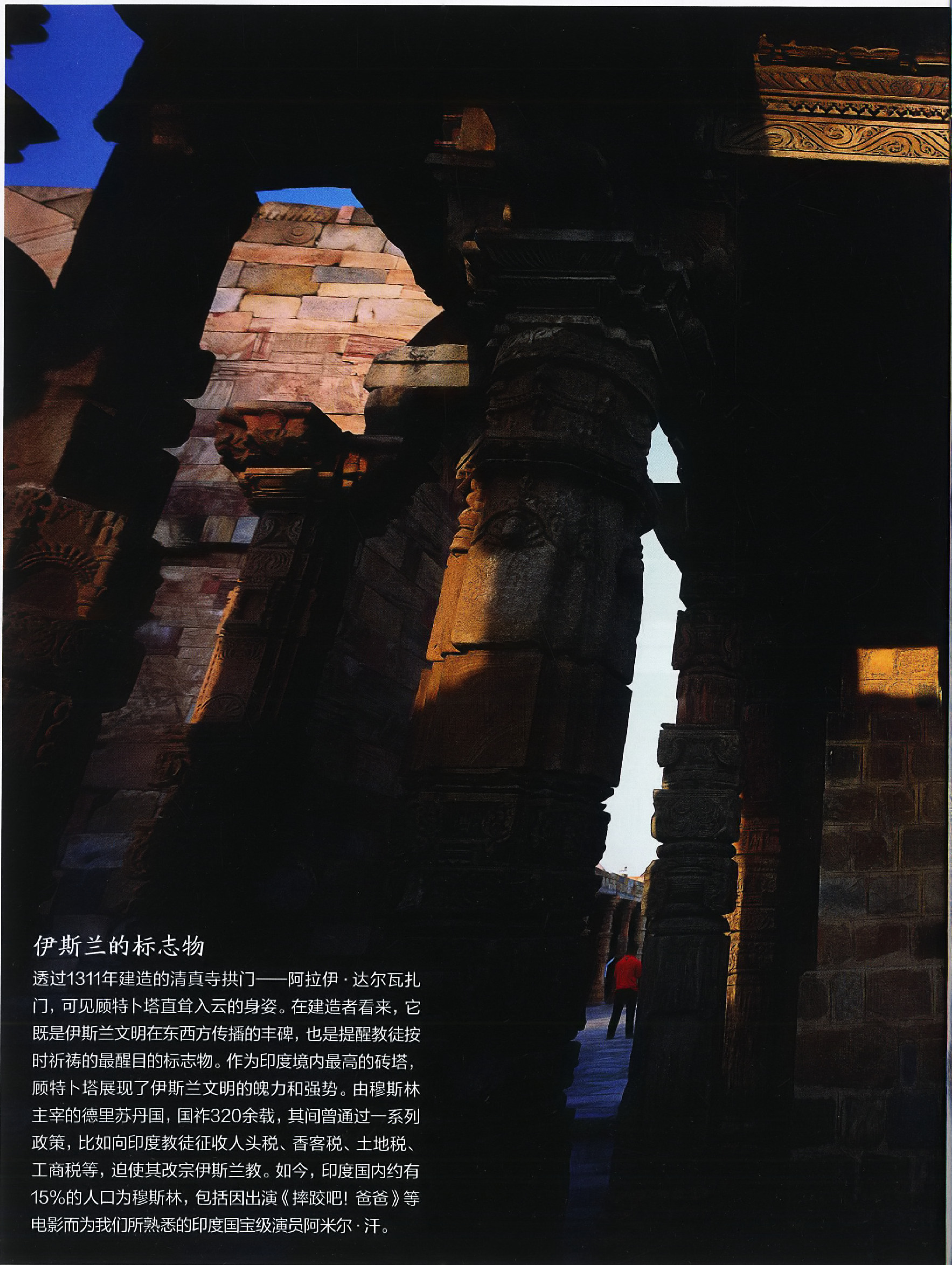


另一座胜利之塔的夭折

画面左侧的圆柱形遗迹，是未能完工的阿拉依塔，由参与顾特卜塔扩建的苏丹阿拉·乌德·丁·卡吉尔下令建造，以昭彰其本人在军事上的辉煌成就。塔基直径25米，近顾特卜塔两倍，设计高度据说有200米，但最终却因1316年卡吉尔遭暗杀而被迫停工。野心和荣耀终成空梦。

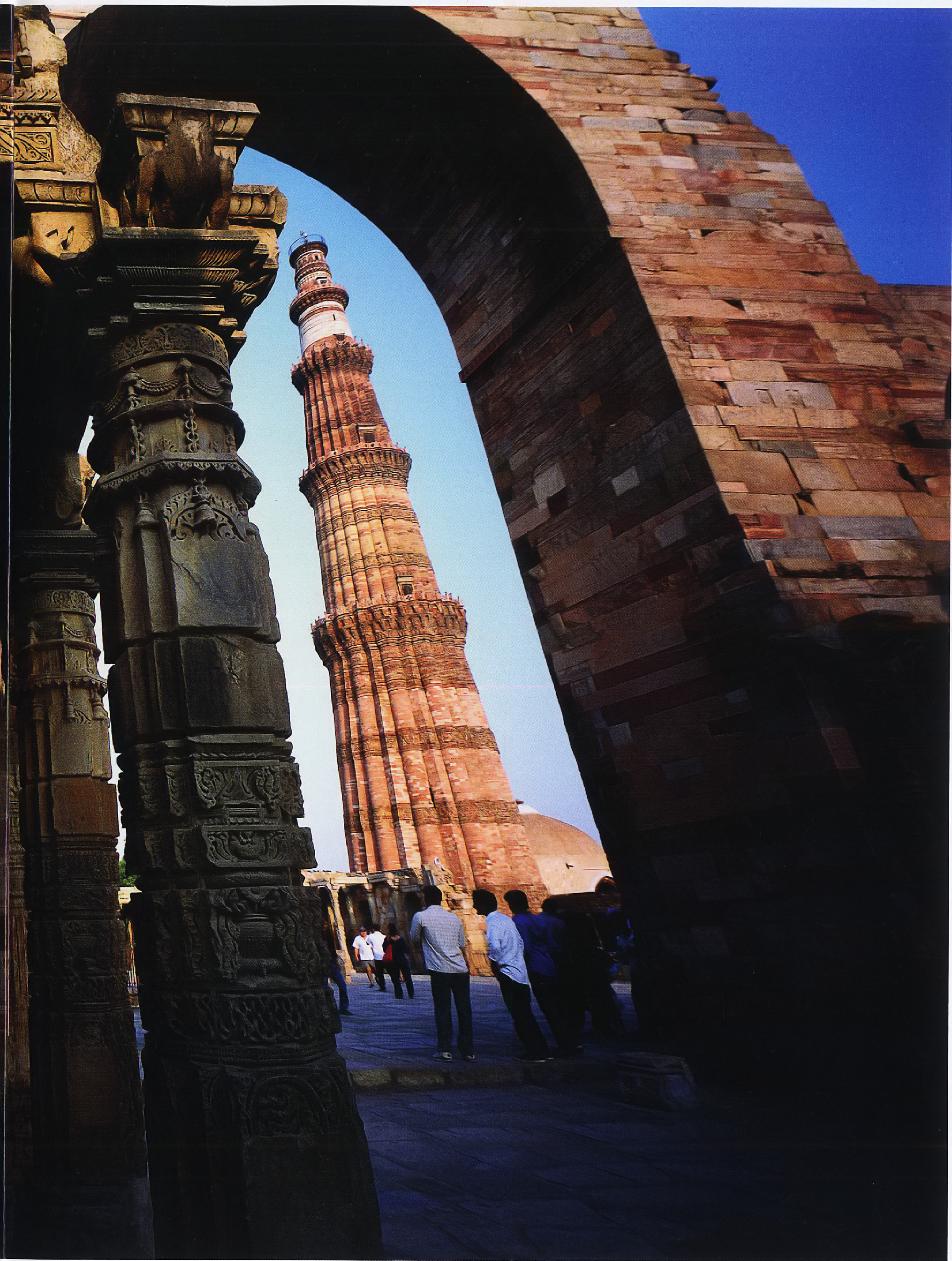


供图 / TPG



伊斯兰的标志物

透过1311年建造的清真寺拱门——阿拉伊·达尔瓦扎门，可见顾特卜塔直耸入云的身姿。在建造者看来，它既是伊斯兰文明在东西方传播的丰碑，也是提醒教徒按时祈祷的最醒目的标志物。作为印度境内最高的砖塔，顾特卜塔展现了伊斯兰文明的魄力和强势。由穆斯林主宰的德里苏丹国，国祚320余载，其间曾通过一系列政策，比如向印度教徒征收人头税、香客税、土地税、工商税等，迫使其改宗伊斯兰教。如今，印度国内约有15%的人口为穆斯林，包括因出演《摔跤吧！爸爸》等电影而为我们所熟悉的印度国宝级演员阿米尔·汗。





羽人饲龙

图为汉画像石中描绘的羽人持鱼饲龙的生动瞬间。龙是沟通凡间和仙界的使者，背生双翅的羽人亦可飞行遨游四海，这反映了汉代人对飞升仙界的浪漫憧憬。

摄影 / 亮一



特别策划

修仙记

他们游走在名山幽壑，或市井勾栏，或大罗天界。他们希望战胜死亡、扭转命运，享受现世的逍遥快乐。他们塑造了一个奥妙无穷的异次元世界。他们向世人敞开大门，欢迎所有人依法修行，与之为伍。他们就是——仙。也许他们怪诞虚妄，但传承了数千年之久的修仙之道，却是中国人现实主义与浪漫主义相结合的结晶。

汉画里的仙境

汉代是中国历史上的一个黄金时期，充满了蓬勃向上的时代气息。从汉画像石中展示的自由张扬的线条、琳琅满目的世界，就可见一斑。

李泽厚在他的美学著作《美的历程》中说，汉代艺术的真正主题，是“人对客观世界的征服”。的确，汉代人不仅充分追求世间的快乐，还以巨大的自信试图与死亡做抗争、追求长生不死，飞升到天界分享仙人的永恒快乐。

汉代的画像石，主要用于墓室、墓前建筑的建造与装饰，其绘画题材直接体现了墓主人的精神追求。升仙、长生，是其中经久不衰的主题。让我们跟随这幅汉画像《周穆王拜见西王母》，畅游汉代人梦想中的浪漫神仙世界。

玉兔

传说嫦娥偷吃不死药后奔月成仙，但被罚变身为兔子，持玉杵捣炼不死药。



西王母

《山海经·大荒南经》中说，大荒之中有不死之国，人们以甘木为食。晋代学者郭璞注，甘木即不死树，食之能长生不死。端坐在仙树上的西王母，即是不死之药的掌握者。

人面鸟身的羽人

羽人，最早见于《山海经》，身有羽翼，能在云间飞行。



御龙者

传说黄帝乘龙飞升为仙，龙便是人间和仙界之间的“交通工具”。

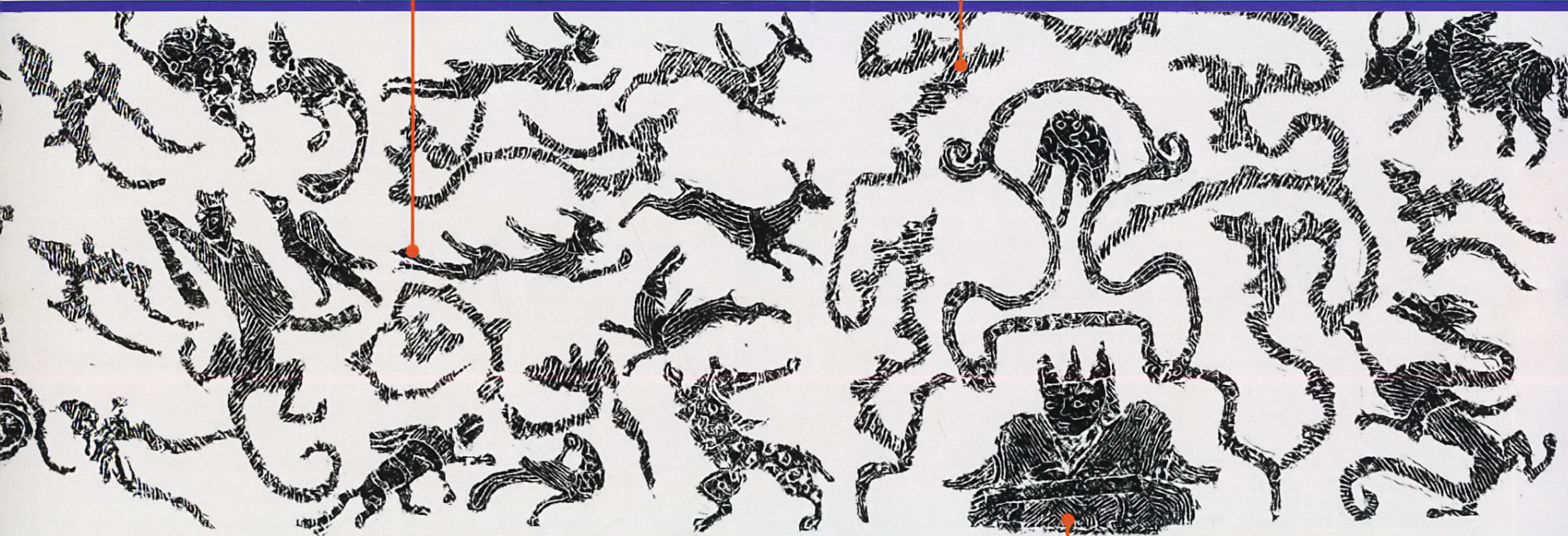


羽人、仙兽

飞奔的羽人、仙兽，生机勃勃，琳琅满目，飞行在画面的空白处。

祥云

飘逸灵动的祥云，层层环绕在东王公身边。




东王公

东王公之名的出现晚于西王母。模仿《山海经》而作的汉代神话《神异经》中说，东荒山中有一个大石室，居住在里面的东王公头发皓白，人形鸟面而虎尾。东王公的日常生活以娱乐为主，每天与一玉女玩投壶游戏，长乐无极。



龙拉云车

五龙牵引的云车，在空中飞驰，浩浩荡荡向昆仑山进发。车中坐的，应当是传说中曾拜见西王母的周穆王。龙车是仙界的座驾，在《山海经》、《淮南子》等文献中屡见不鲜。屈原的《楚辞》中也有很多“为余驾飞龙兮，杂瑶象以为车”，“驾八龙之婉婉兮，载云旗之委蛇”，“乘六蛟兮蜿蝉，遂驰骋兮升云”这样的诗句。



古人的升仙梦

成仙，不似信仰，而更像一个个梦想；成仙，并非神话，而更像一场场艰难的实验与试炼；成仙，并不神秘，有时它又浪漫而瑰丽……

撰文／陈立长

贵族的烦恼

在期待的喜悦中，掺杂着快感与兴奋，他，捧着祭品的手都在发抖。他的祭祀，他的祭坛注定要被牢记下来。

公元前770年，这个后世被称作秦襄公的人，已经为周天子征战了三十多年，曾经意气风发，而今却到暮年。就在此时，周王室终于忍受不了西岐地区随时可能到来的犬戎之患，周平王带着王公们远走成周（今洛阳），宗周故地就空给了他这个大功臣，周平王甚至顺手封他了一个伯爵。这可是一件不得了的大事——秦人有了自己的国，终于摆脱了叛乱者后代的标记。

对秦襄公而言，这样的收获也在意料之中：九年前，在征战的途中，他得到了一块陨石，族中长老认定，这不是一般的石头，而是传说中的“陈宝”，具有神秘的力量，将为获得它的人带来不世霸业。自己成为诸侯，必然是九年前注定的。这也让他感受到，一种超越人世的神秘力量。

顺利成为开国之君的秦襄公，又一次有求于“超自然力量”，因为周平王在封地的事情上，和他开了一个不大不小的玩笑。按照《史记·秦本纪》的记载，周平王临走前留下话：“戎无道，侵夺我岐、丰之地，秦能攻逐戎，即有其地。”

一步登仙

山之绝顶，仿佛也是人间的极限之地，忽然间一道流星划破夜空，宛如带来了上天的消息……古代先人在他们有限的人生生涯里，一直寻找心目中的永恒之地，并且把到达那里的途径叫做“升仙”。图为河南境内八百里伏牛山的主峰——老君山，相传乃老子得道飞升之处，据说是离仙境最近的地方之一。

供图／视觉中国

上古多神仙

传说中，上古时期是个民神杂处的时代，普通人也可以化身神仙。相传，神农时的赤松子有神通，掌管雨水，能随风雨上天下地，教过神农祛病延寿，炎帝的女儿也随他学习仙法，是名副其实的“神”仙。而黄帝的马医——马师皇因精通百草，救助了一条伤病的飞龙，飞龙报恩，也载他升仙了。而后来，天地间的通道被五帝之一的颛顼隔断，人们只能重新寻找成仙之路。





老去的秦襄公，还有多少征战杀伐的时间？

在秦襄公生活的年代，世上流传着不少上古之民的长寿传说。流浪者和探险家带回来的《山海经》，更描绘了“不死国”“轩辕国”的图景，据说这些国家的人都拥有常人不能想象的寿命。综合这些信息，秦襄公不难去猜想：只要能获得超越人世力量的支持，华夏之民亦可与海外之人一样长寿乃至长生。他还可能会想到，曾经在华夏存在过的神秘力量——人与天通，怎么会消失了呢？

绝地天通。也许是一千年前，也许是两千年前，总之是在遥远的传说中，曾有一位华夏共主——颛顼，将世人与上天联系的通道断绝开，神力随之消失。假如能够与天帝再次沟通，“祭天帝”，便能获得至高神的庇佑。

当然，这份沟通上天的权力，本应该属于华夏大地的最高话事人——天下共主。这个要求是很高的。相传，“黄帝”在成为开创文明之主后，就“乘龙”而去了，据说他的臣民也有许多拽着龙尾、龙须一同飞升。而后，商代夏、周代商，沟通上天的权力——祭天权，转移到了新朝统治者身上。但以公元前770年的形势来看，要完成这种功业肯定是不现实的。

不过，秦襄公已经立了大功，或许也可以试着跟上天的力量打个招呼？况且长期生活在王畿的秦人，见惯了周天子祭天，对一整套程序了然于胸，现在函谷以东，秦人为大，要不，趁着“关中无老虎”，自己来代王？

于是，在这一年的秋天，秦

襄公在“西垂”（今天的甘肃礼县）筑了一个大大的祭坛，名为“西畤”，然后又备上了隆重的祭品——“太牢”，做好了与天沟通的准备。

然而这毕竟是千年来的第一次，诸侯代天子祭天，会不会招来天子的征伐？而自己功业不足，上天会不会乐意接受自己的奉献？这一切玩脱了就不好看了。于是他对外宣称，周王离开后，郊祭无人，自己作为一方诸侯，有帮助天子履行较低一级祭祀的义务，同时他祭祀的是“西方”主管，并不是祭祀至高的天，一切还都在“礼”的范围内。当然，他将西方的主管——少昊称之为“西帝”的事情，自然没必要宣扬了。

这场“普通人”与天的沟通结束后，有没有任何神秘力量再次显现，不得而知。不过，十年后秦襄公去世，他终于还是向时间投降了。

太史公在记述这段故事的时候评述道：秦襄公被封为诸侯，做了西畤的祭坛来祭祀上帝，这是僭越的开始……身为捍卫王室的臣属，却在祭祀规格上同天子平起平坐，这让君子感到后怕。

然而，重要的是，秦襄公开创了一个新的时代——一个贵族们不再理会天子的禁令，纷纷向上天祈求力量的时代。那些建立了各种功业的人们，试图祈求最高的存在，让他们超越人世、战胜时间、实现不朽，在很久以后，这种行为被统称为“求仙”。

“上天”似通关

秦襄公后，诸侯也纷纷用不同的方式来祭天——寻求超自然的力量，但也无一例外地在时间面前落败。然而，好不容易从“天子”手里争来的权力，怎能

帝王的通天台

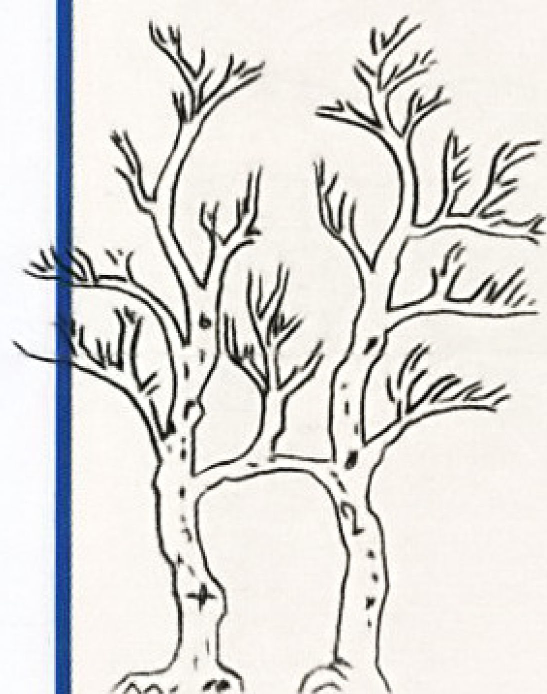
最急于升仙，也是自认为最有资格登天的人是帝王。绝地天通之后，帝王们纷纷利用祭天台来与渺茫的仙界取得联系。其中最有创意的是汉武帝，他建了一座20丈高的通天台，迎候仙人，台上以铜人托铜盘，承接天上的甘露。下图为清本《三国志像》所描绘的魏主曹睿强拆长安承露盘，夺取升仙权的情景。
供图/缘紫舞/FOTOE

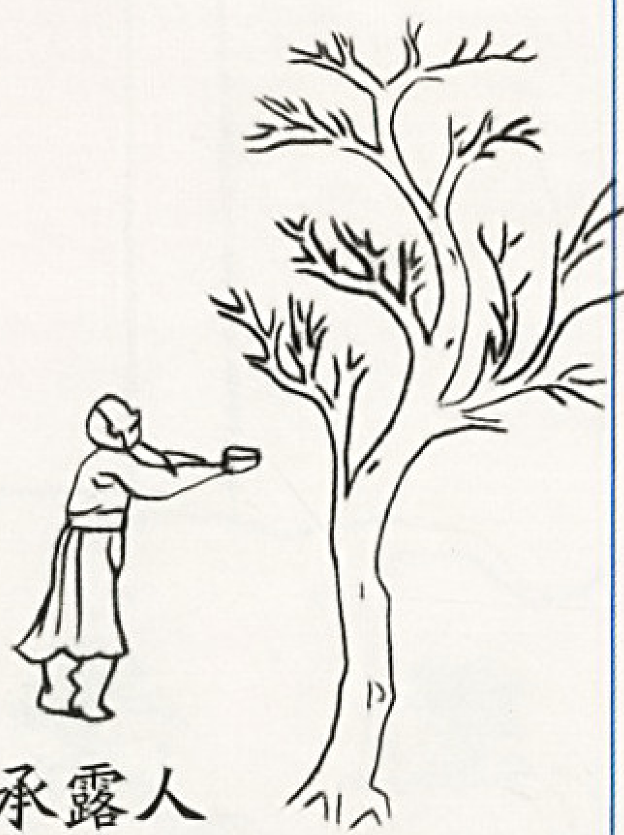



黄龙
最强升仙助手


白鹿
鹿寿千年，仙人所乘


嘉禾
最丰硕的果实


木连理
八方同一的仁木


甘露降与承露人
饮甘露而仙

勾连天地的祥瑞

支撑古人神仙思想的，是天人合一、天地感应的传统哲学。除了仙人、仙境、仙话，还诞生了许多吉祥瑞应之物，这些神兽、奇花异草和奇特天象，都有助于美好愿望的达成。东汉年间绘刻的甘肃成县摩崖石刻《五瑞图》，将黄龙、白鹿、嘉禾、木连理、甘露降与承露人等祥瑞集于一画。
绘图／木子

轻言放弃？

仅看秦襄公的子孙，就都是勇于试错的人。秦文公、秦宣公、秦灵公、秦献公，建造了鄜畤、密畤、上下畤、畦畤等祭坛，奉祀过白帝、青帝、黄帝、炎帝，可以说是全神了。结果，在祈求天帝保佑秦国的霸业问题上，祭祀貌似真发挥了些作用，至于对抗时间以获得长生，据说也有一个人接近了成功。《史记》和《墨子》都记载了这一重大“突破”。

秦穆公（一作秦缪公）在登基后不久，突然昏迷，连日不醒，针石药剂皆无用，而到了第七日突然醒来，并向人们声称，他遇到“青帝”了！秦穆公自述青帝长得“鸟身，面状正方”，颇为吓人，不过却很和蔼，青帝许给自己十九年的寿命，又叮嘱自己在稳定好秦国的基础上，尽到大国的责任——帮晋国平乱。

此后不久，晋国果然发生了重耳出走之乱，对此秦穆公表示自己有上天的使命在身，义不容辞，于是接连辅助了三个国君入主晋国，而最后一位就是春秋五霸之一的晋文公重耳。可是，晋文公即位，秦国更没有向东发展的机会了，难道天命实归于晋？秦穆公或许并没有这个疑问，就算有也很快就会消失：他活得比晋文公重耳——自己的女婿要长得多。在重耳死后，秦穆公又打了多次战争，最终大败晋国，稳定了东方。之后他决定向西扩张，实现了一代霸业。建功立业与求仙长寿，在秦穆公诉求里是一体的。在太史公撰写的《史记·封禅书》中，留下了意味深长的一笔：“后世皆曰秦缪（穆）公上天。”

秦穆公的部分成功，或许给了执着“求仙”的国君们一点提示：祭祀是否有效，在于神灵是否接见你。所以，找到神灵，是求仙成功的关键一环。

此后不久，秦穆公的远亲赵简子有样学样——也昏迷了。他五天后醒来，叙述自己上天见天帝，然后天帝告知他，天将降大任于斯人……赵简子见到的天帝更平易近人，又是请他听音乐会，又是让他陪自己打猎，最后又告诉赵简子他们赵家“天命在身”，让他放心回家立储。后来，赵氏子孙果然瓜分了春秋第一大国晋国。

不过，对于《史记》中的这段记载，后世的王充在《论衡》中提出了质疑：赵简子作为晋国的臣子，连诸侯都不是，至多算是“官二代”，如何能见天帝呢？最多见的是“象类帝”罢了。从当时的“修仙技术”来看，王充说得是有道理的，何况赵简子此后并没有延寿，不到一年，也向时间缴械投降了。看来，修仙路上还得看出身。

即便过了出身关，没功业，见帝延寿也是很困难的。赵简子的子孙赵孝成王终于成了一方诸



侯，于是便也做梦“上天”了，不过他只在梦中乘龙上天，上了一半便跌落在金玉山中。赵孝成王兴奋地将这个故事讲给巫史听，而巫史却当头泼了他一盆冷水：“金玉”暗示积郁，说明大王您很忧虑，至于乘龙未到天，则是您有气无实的表现。“有气无实”，就是赵孝成王有立功业的心，却没成霸业的能力。

不靠谱的方士和远方

上天“面帝”的功业门槛不低，按照秦穆公的标准来算，整个春秋时期也就六七个人达标。对于广大有自知之明的贵族来说，他们迫切需要其他的路径。

据传说中的古易书《归藏》记载，至少在春秋战国之交时，“嫦娥偷不死药”的仙话便广为流传，贵族们从中得到的最大提示是：吃个药就可以不死。注意，不只是延寿，而是彻底战胜时间。成仙的路就这么方便！

《战国策》载，有人持不死药进献楚王，到楚王近前，有楚王的近臣问：“这个药真的能吃么？”献药者给出了肯定的回答，那个近臣就夺药而食。楚王见此大怒，要杀这个近臣，而

升仙使者

北京老山汉墓出土了一件漆盒，在云气缭绕的图案中，绘有一个奇特的形象：他身着羽衣，生有鸟爪，手持长剑，从飘动的头发可以看出，他正在御风而行。《山海经》中有羽民，能变化腾飞，而汉代人则认为羽人是上天来接引、助人升仙的使者。如果人脱胎换骨成为神仙，便叫羽化。

摄影／柳叶氘

他辩解道:“我问能不能吃，听到‘能吃’我才吃的。再者，我吃了之后，如果王把我杀死，说明这个药不能不死，而是速死药，所以我是帮大王您甄别了一个欺君的人而已，反正我是无罪的。”大概因为这个药吃完确实没发生什么异象，楚王也明白献药的人不靠谱，便作罢了。

楚王被忽悠，并没有终止后人的挑战——或许仙药不能被俗人献上来?

求仙不能只靠眼前的苟且，还需要方士和远方。战国时期，齐宣王、齐威王、燕昭王都派出了不少的队伍，远赴根本不知道在哪里的蓬莱、方丈和瀛洲求药。许多诸侯国都在求仙工程上进行了大量投资，虽然方士们往往一去不回，但历史记录了他们失败的结果。

立功难，求药远。成仙之路何漫漫。贵族们在经历种种失败后，痛定思痛，从根源上下手，寻找求仙的新途径。

战国时期，关于天上神人的传说越来越丰富，而富于幻想的庄子，更将这些传说描绘

走上升仙路

《列仙传》是中国第一部系统叙述神仙的传记，传为西汉时著作，可以使人一窥上古及三代、秦、汉之间的70多位神仙的成仙过程。听天命而升仙的例子，让人看到原始巫术的影子；尽人力而成仙的例子，反映了古代哲学“天人合一”的思想——吾身即是宇宙，宇宙即是吾身。



的深入人心，如姑射山的神人“肌肤若冰雪，淖约若处子；不食五谷，吸风饮露；乘云气，御飞龙”，永远年轻漂亮，不用吃饭没有饿肚子的烦恼，每天就骑着龙在云上飞来飞去的；成仙的“至人”则是“乘云气，骑日月，而游乎四海之外，死生无变于己”，还是长生不老，每天飞来飞去，不过这个更厉害，直接骑日月了。突破了时间的神仙，空间也不再成为他们的束缚。总之，神仙都是在高处，而且不停地旅行，或许就是从一个山头到另一个山头。

前人的失败，为后人进一步总结经验：成仙，需要有大一统的功业，需要登高旅行与神灵交流，或许吃点药会更好。

仙向高处求

汉代《释名》曰：“老而不死曰仙。仙，迁也。迁入山也。”汉人总结先秦人的求仙成果，给出了崭新的“仙的定义”，发现了求仙的又一关键因素：山。

人到山上，才能成仙。

山，之所以能被视作成仙的重要道具，关键在于高。从传说中的嫦娥到历史中的秦襄公，诸求仙的成功者都需要见到神灵、天帝、青帝——总之是更高的存在。而更高的存在自然应该待在更高的地方，所以黄帝需要乘龙上天，赵孝成王在梦中也需要乘龙，至于嫦娥成功成仙后，也需要奔月。总之得去高处。而在古人看来，山就是高的代表，是接近天的地方，更何况山上总是云雾缭绕，神秘的天宫大概也需要建在这种地方吧。

当然，作为凡人求仙开创者的秦襄公，在开坛祭帝的时候，就已经注意到这个问题。《史记》载，“雍州积高，神明之隩，故立畤郊上帝”，太史公和秦襄公可能都赞成登高求仙成功几率更高。《孔丛子》中记载魏安釐王就笃信登高求仙法，他听闻只要登华山之巅即有机会成仙，便跃跃欲试，不过彼时华山是秦魏边界，臣子们当然不愿意陪君主去搞前线登山游，故他只能在众人的劝说下作罢。

前人的失败，为后人又进一步总结了经验：成仙，需要有大一统的功业，需要登高与神灵交流，或许吃点药会更好。这三者或许都是成仙的必要而不充分条件？求仙的终极综合实践，在等待一个人合适的人，公元前221年，这个人出现了。

这一年秦统一了六国，秦国的国君，就成了华夏大地的至高统治者，可谓是功业之极，秦始皇嬴政笃信，在霸业上取得了空



前的成功，在求仙问题上，他必然也将彻底书写历史。在秦完成统一后，秦始皇求仙的热情急速升温，他四处寻访方士为他求药、炼药；他派出一支又一支的队伍，从流沙到大海，去寻找前人从未真正见到过的仙山；他亲自登临泰山——与昆仑齐名、传说中可以掌人生死的神山，完成最高规格的祭祀——封禅大典。然而做完这一切后，秦始皇还是老了，在这场求仙战争中，时间的优势越来越大。

是哪里出错了呢？对，神仙们在不停地旅行，于是秦始皇便开始全国巡游；神仙们餐风饮露，最怕凡人的浊气，那我也尽量不见人；或许是“皇帝”这个称呼太俗，把神仙给恶心走了？那改称号吧，庄子说的“真人”可能是距离神仙最近的人，那我就叫“真人”好了……嬴政不断

嬴政不断给自己的“求仙术”打补丁，然而始终未见成效。或许他自己也放弃了吧，是时候面对死亡，向无敌的时间缴械了。



给自己的“求仙术”打补丁，然而始终未见起效。或许他自己也放弃了吧，是时候面对死亡，向无敌的时间缴械了，虽然他仍在巡游的路上，但规模宏大的秦陵已近完工。

时空突破者——屈原

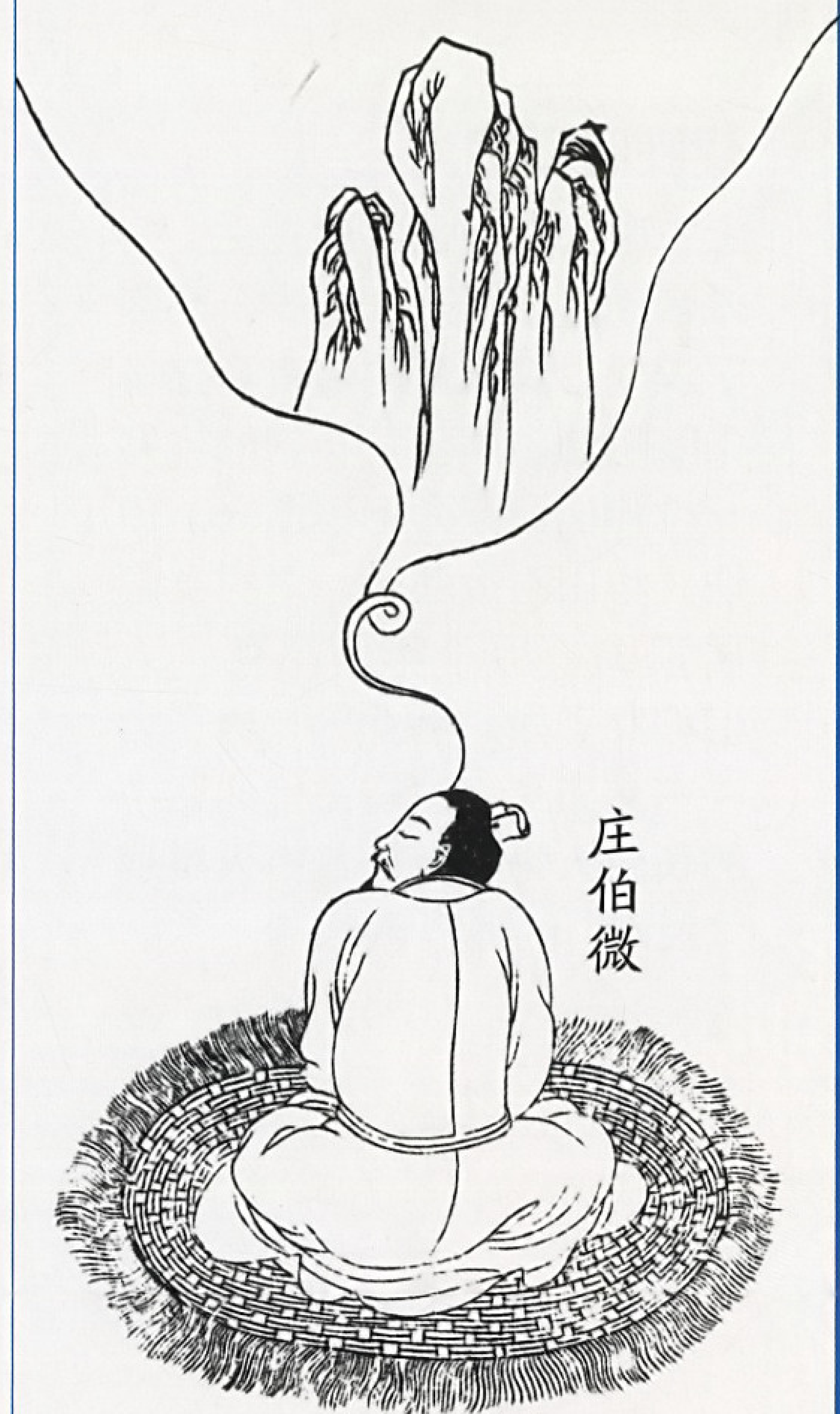
实际上，求仙还有一个秘籍，但秦始皇绝无勇气尝试。

《墨子》载，秦之西，有仪渠之国者，其亲戚死，取柴薪焚之，熏上，谓之登遐。登遐即登霞，登霞即登仙。

人的肉体太沉重了，拖着肉体去见神灵难度系数确然不低——至高神也是没肉体的。所以如果想成仙，放弃肉体也是一条捷径。在与秦始皇几乎同时代的另一位求仙达人——屈原，显然注意到了这一点。

屈原，不但是位名臣、爱国诗人，同时还是楚国的巫士，精通求仙之术，事实上屈原的许多作品，本身就是与天神交流的祭词。业务所在，屈原或许也自信是可求仙之人。

“帝高阳之苗裔兮”，在《离骚》中，诗人自叙的第一句，就点出自己是曾垄断天人沟通的颛顼之后，故诗人有求仙的出身资格；屈原生平不断尝试劝谏楚



仙山的力量

上图为传说中的仙人庄伯微，他走过了一条不一样的成仙之路。相传庄伯微梦想成仙，却不懂大道，但他每天坚持在日落时，面向西北，闭目冥想万山之祖——昆仑山，如此长达三十年之久，终于得见昆仑山仙人，得到仙方而飞升。前人对于仙山的迷恋，一直影响着后世的修仙思想。烟岚若幻境，中国多仙山，左图中这位道士面对群峰的画面，便让人感受到浓浓的修仙气息（摄影／从暮）。

战胜时间的人

上古时，有一位洪崖先生，据说帝尧时已经有三千岁，而到了汉朝，汉武帝的使者竟在华山陡峭的山崖下，看到他与另一位神仙卫叔卿下棋遣兴。传说，华山附近还有一对男女隐居荒山，历千年而不死，人们称女子为“毛女”，男子为“古丈夫”。这些古代仙话中的长生人物，寄托着古人挑战“时间”的强烈愿望。





王，全身投入到楚国霸业中，或也有想建功立业，以取得沟通上天的资格；然而不幸的是，昏庸的楚王，既葬送了屈原念念不忘的楚国，也断绝了他取得求仙资格的可能。

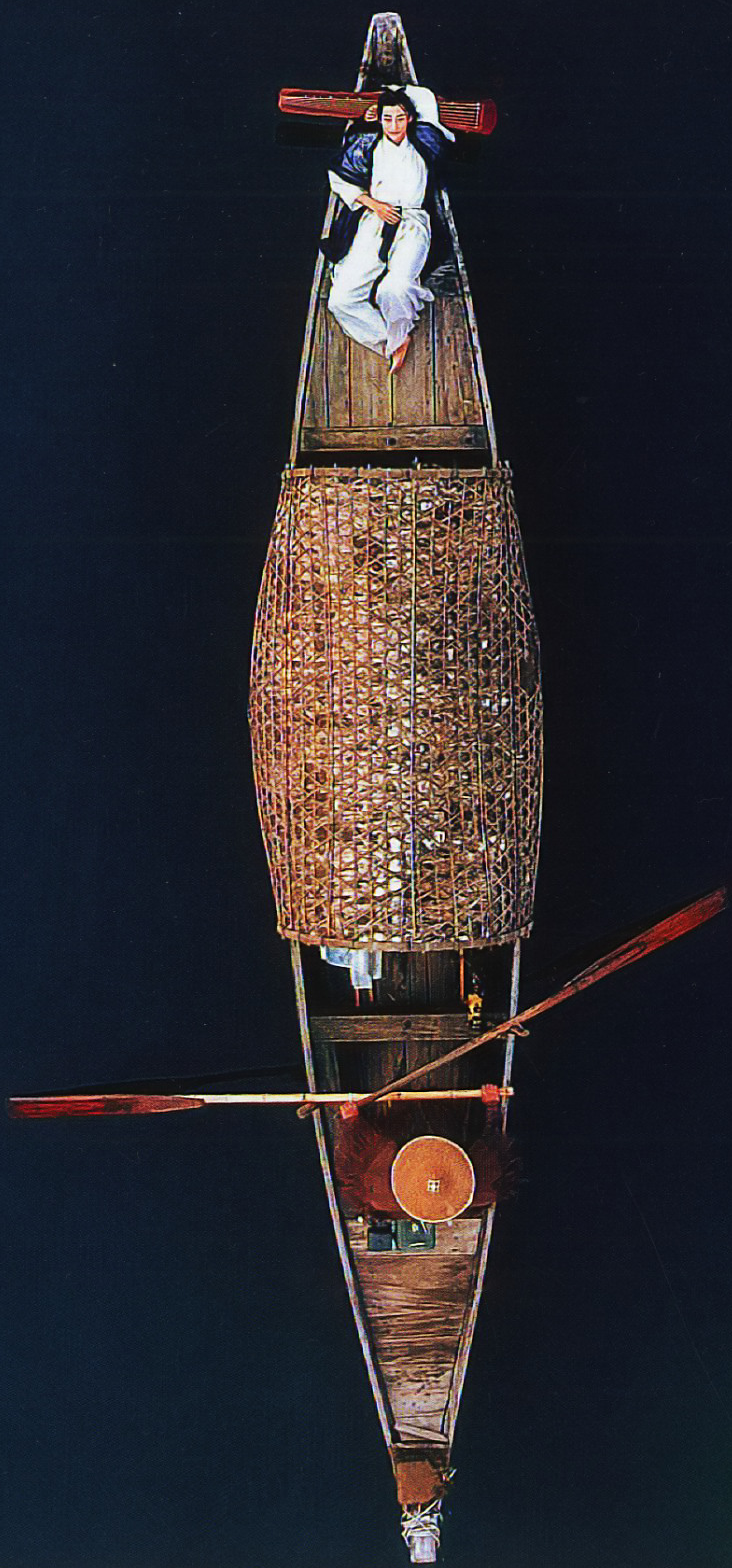
所以，诗人必须不走寻常路。与秦始皇不同，屈原的求仙，更多关注于对有限空间的突破。他开始幻想与神灵同游天下。

“载营魂而登霞兮，掩浮云而上征”，诗人并不忌讳“登霞”，只要能让魂魄冲过浮云；“驾青虬兮骖白螭，吾与重华游兮瑶之圃”，龙为车架，舜帝与我共游瑶池；“仍羽人于丹丘兮，留不死之旧乡”，像《山海经》中羽人一样飞翔，飞到丹丘，留在这不死之乡；“前望舒使先驱兮，后飞廉使奔属”，在这畅游中，月神是诗人的前驱，风神为诗人驰骋；“下峥嵘而无地兮，上寥廓而无天”，诗人周游的世界，天地都成虚妄了么？“超无为以至清兮，与泰初而为邻”，原来，超越了空间的诗人，也彻底超越了时间，并穿越了时空回到宇宙之初。

畅游啊，时间和空间都被打破了！

然而，楚国现实的引力太沉重了，诗人又不得不从帝乡回到地面。“命则处幽吾将罢兮，愿及白日之未暮也；独茕茕而南行兮，思彭咸之故也”，在这幽暗的世道中，世人愿借着剩余的光亮，继续追寻彭咸的脚步，向南，一直向南。

彭咸是谁？他是一位上古的诤臣，辅佐帝王成就太平天下；他是一位成功的求仙者，据



说见证了八百年的岁月变化，旅行的足迹遍布神州大地；又据说，他最终厌烦了身体的束缚，用水化解了身体的束缚，飞向了永无拘束的天国。

对，水解！“望大河之洲渚兮，悲申徒之抗迹”，既然自己拯救不了这世道，又何必留恋这尘世呢？不如效仿先贤申徒狄，以沉河来向君王明志吧！何况，这水终将解去他的肉体，仙国当不远了吧！

五月五日，这一天是南方祭龙的日子，龙或许会在这一天在江河里出现吧？这是屈原为自己挑选好的升仙日。

屈原死后是否真的还有另一个光明、精彩、永恒的世界？这可能是一个永无答案的问题。不过屈子绮丽的幻想、爱国的热忱，永远流传后世，时间向他的诗篇投降，给予了它们不朽的身份，而这不朽更激励着后人探索宇宙的奥秘，或有一天，时空再不能束缚人们，仙的生活也将成为凡人的日常。

屈子何归？

屈原，是战国时期楚国的爱国诗人、政治家，然而对仙道文化而言，他更是一位身体力行的求仙者。道家尚“水”，人们更愿意相信，屈子不是投水逝去，而是水解成仙。泛舟水上，接近自然，也更接近道法。摄影 / 橙子橙子chenzi

责任编辑 / 刘睿
图片编辑 / 吴西羽
版式设计 / 杨东海

仙也有等级

仙，由凡人修炼而成，是一种富有人文气息的信仰。仙的世界是啥样？古人在对仙界的想象中，参考了世俗世界的秩序，将仙人也分成了三六九等。比如，东晋葛洪的《抱朴子》将仙分为三个等级：下士先死而后蜕，称为“尸解仙”；中士托身于世间，出入名山大川，称为“地仙”；上士“举形升虚”，若白日飞升者，称为“天仙”。仙分三等，位阶森严，犹如世人的贵贱分化。自下而上递进修行，又像世人奋发上进，直至达成最高目标。



尸解仙

图为《聊斋图说》中受冤而死的庚娘从棺中复生的图像。“尸解”的情形，与此相似。尸解仙，为仙之下者，需要先经历死亡，然后蜕变成仙，远不及白日飞升直接成仙者。尸解的方式多种多样，有“兵解”，如嵇康遭刑杀而后尸解成仙；有“水解”，如《抱朴子》中的冯夷假托溺水而后成仙，专门管理河川；有“文解”，如《后汉书》中的费长房，以竹杖变化成自己的尸身被家人下葬，从而脱身仙去。从东晋开始流传的梁山伯与祝英台合葬化蝶的故事，似乎也受到了汉代以来尸解成仙思想的启发。

供图／中国国家博物馆

地仙

图为河北鸡鸣驿泰山行宫壁画中的地仙张仙像。地仙修成了长生不死之身，却未悟大道，不能飞升，只能做“陆地闲游”之仙，享受人世的快乐。这也是凡人修炼成天仙的一个过渡阶段，《神仙传》中的张道陵，炼成金丹后只服了半剂，于是作为地仙留在人间降服妖魔、医治疫病、造福百姓，而后再服下另半剂，才功德圆满成为天仙。

摄影／李一笑

天仙

图为河北鸡鸣驿泰山行宫壁画中的天仙碧霞元君像。天仙是凡人修仙的最高等级，又称大罗金仙。他们飞行云中，居于天界，就像无形无象的“道”一样，永恒逍遥，不朽不灭。天仙有西王母、太上老君、太白金星等。《西游记》中的猪八戒，也曾自称为大罗金仙。

摄影／李一笑

修仙有多少种途径？

人生苦短，譬如风中朝露。古往今来，谁不想长生不死，飞升成仙？

仙怎么修？在古代道书、小说中，成仙的途径五花八门。搜罗相关文本，在此列举了一些典型的修仙方法。总的来说，服食仙药在其中占了很大的比例，所以将其单独罗列。

成仙的准则随着时代演变，大体而言，早期的修仙法，注重与上天沟通的技能，感通天机、驾驭自然力者即可为仙。你也可以服食仙药，“吃”成一个神仙。汉代以后，随着儒学的兴起，建功立德、著书立言者也被纳入仙班。唐宋内丹术更是摒弃了服食之途，改为内在炼养、性命双修。仙的队伍也不断扩大，不变的是对长生不死的不懈追求。

立德、立言

孔子在葛洪《原始上真众仙记》中被封为“太极太真公”，其弟子颜回等人也随同升入仙界。尹喜在函谷关向骑青牛出关的老子殷勤求教，为后人留下了《道德经》，后也位列仙班。可见立德、立言者也可成仙

立功

南朝陶弘景的《真灵位业图》，将历史上有名的帝王将相，如周文王、秦始皇、汉高祖、魏武帝、季札、荀彧等都列入仙谱。晋代江东多蛇祸，许逊灵剑斩蛇、为民除害，136岁时被授予仙职，全家四十二口一同成仙

谪仙归位

李白，以其盖世才华，在冯梦龙《警世通言》中被描述为一名谪仙人，死时坐在鲸背上，仙童奉迎、仙乐飘飘，回归仙位

隐居

静是修道的根本，多数修仙者都曾在山林修炼。《神仙传》中的茅君曾入恒山学道长达二十年，道成升仙。八仙之一的蓝采和就曾隐居在闹市中行乞度日，醉则踏歌，似狂非狂，后也与铁拐李骑鹤升天而去

铸鼎

《史记》载，黄帝在荆山下铸鼎，鼎成而乘龙升天。黄帝是唯一一个铸鼎成仙的人，后来随着青铜铸造业的进步，铸鼎变得容易，也就不再有人铸鼎成仙

内丹

以人体为丹炉，以精、气、神三者为药物，在体内结成内丹，从而步入仙界。全真派祖师王重阳认为，人的“本来真性”就是金丹，因此修炼心性是修道的核心

辟谷

即不食五谷。《神仙传》载，以烧炭为生的会稽贫困子弟严青，忽遇仙人指点，通过辟谷服药成为地仙

度化

《绿野仙踪》的主人公冷于冰一心求道，他在西湖边遇到了一个叫花子，冷于冰对他毕恭毕敬，还听从他的话，生吞了一只死蛤蟆。原来，叫花子是火龙真人，冷于冰通过了考验，得授道术，炼成金丹，白日飞升

导引

即导气、引体，是一种古老的“健身操”，传说张良晚年好学导引之术，不死成仙

男女双修

男女双修，既可体隔神交，也可夫妻形交。《列仙传》中的彭祖、容成公、老子都是房中高人。容成公通过两性交接、还精补脑、守生养气，达到了“发白更黑，齿落更生”的境界

植物类仙药

不死树、黄精、菖蒲、蟠桃、芝草等

《十洲记》中记载了一种“不死之草”，据说人死后，以草覆之就能复活，服食之则能长生。传说千年以上的茯苓可化为兔子或鸟，服之可以成仙。《神仙传》中的黄大仙在金华山石室修炼四十多年，一直以茯苓为食



动物类仙药

大龟脑汁等

《列仙传》中的桂父，用大龟的脑汁调和成药丸服用，活了几百岁，据说他的皮肤呈黑色，有时又变成白色、黄色、红色







金丹类仙药

紫金丹、大还丹、升龙丹等

即将矿物等原料在鼎炉中烧炼，经过化学变化形成丹药，“烧之愈久，变化愈妙”。最典型的故事就是淮南王刘安，他笃好神仙黄白之术，在家炼成金丹后升天成仙，结果鸡犬啄食了残余的丹药后也随之升天

金属类仙药

黄金、水银等

葛洪《抱朴子》认为，黄金不怕火炼，埋在土里也不会朽坏，所以服食黄金能令人不老不死。传说北海的巫炎两百多岁时服食水银，白日飞升



矿物类仙药

五石散、石脑、云母等

五石散，即丹砂、雄黄、白矾、曾青、慈石，有人认为食之能强身健体，但中毒致残、致死者不计其数。传说何仙姑童年时在梦中受仙人指点，醒后开始服食云母粉，一心修道、终身不嫁，果然修成地仙

服食仙药

参考资料 黄景春、徐蒙蒙：《仙》



外丹
仙药还是毒药？

撰文/冬雪冬

若想成仙，请服仙丹。无数神仙崇拜者们都相信，只要学会炼制丹药，并坚持服用，就可以飞升成仙，获得永生。这神秘的丹药究竟有什么来头？服丹究竟是长生不老的捷径还是变相自杀？

如何能成仙？只需一颗小小的药丸。《西游记》中，被孙悟空像MM豆一样一口气吞掉的九转金丹，可是千百年来修仙者们梦寐以求的宝贝。他们相信，只要服下这样一颗金丹，就可以长生不死、立地成仙。那炼丹修仙的理论是怎样产生的呢？

特质转移
炼丹术的理论基础

《山海经·海外南经》里有这样一则故事："不死民在其（交胫国）东，其人为黑色，寿，不死。"在交胫国东面，生活着一群奇异的人。肤色黑，颜值也不怎么高，但他们能长生不死。人怎么能不死呢？《山海经·海内西经》给出了秘方：在昆仑山生活着一群巫师，他们有"不死之药"，吃了就能长生不老。

古代生产力水平落后、交通不便，绝大多数人注定要在家乡过完短促的一生。没几个人能去昆仑山，即便去的人也很难回来。于是，《山海经》之说就成了难以求证的事。直至西汉，成熟的"长生"理论和切实有效的操作方法，才发明出来。这就是炼丹。

《道藏》研究领域的大家孟乃昌先生有云："汉武帝时代，制炼黄金和长生药物结合起来，奠定了中国炼丹术以金丹和黄白结合为起点的基础。"当时的炼丹家认为，在适当的条件配合下，一种物质经过若干程序处理后，

神炉炼仙丹

方士们将特定矿物加以煅烧，就可炼成外丹。又认为服用外丹可以长生不死，立地升仙。于是不仅人间的修仙者热衷于炼丹，得道的仙人同样也在炼丹。左页图是《西游记》中太上老君炼制可以起死回生的仙丹时所使用的炼丹炉。而孙悟空因为在炉中经过三昧真火的锻炼，炼成了火眼金睛。

绘画/张墨一

与另一种物质结合，就可以自动地将原有的特质转换到另一种物质上。这个思想现在还很流行，就是吃什么补什么。

金银，怎么样也不会朽坏。如果将这些矿石制造成容易吞食的药丸，把其中不腐败的特质转移到人体上，那不就可以达到长生不死的效果了吗？可如果没有现成的金银矿物怎么办？没关系，把水银、丹砂混在一起，从中炼出金银，再服食下去，一样管用。

假金锻炼
炼丹术的实验成果

最早享受炼丹成果的，是汉武帝。汉武帝对内完善制度，向外开拓疆土，做到人力所及的一切。他还不满意，想长生不死。

“汉武慕长生，周围多术士。”《史记·孝武本纪》记载，齐国人李少君宣称有“长生不老”秘方，他对汉武帝说：“我能把丹砂炼成黄金，用黄金做成的食器吃东西，陛下就可以长生不死了。”胶东人栾大呢，则这样忽悠皇帝：“我的老师教诲说，黄金能炼成、决口能堵上、不死之药可得、仙人会来，只要陛下相信我。”汉武帝真的相信了，而且深信不疑。皇帝肯定不是傻子，这些奇人术士，或许真有能炼金的道行。

专家研究认为，术士们烧炼的是“假黄金”。所谓假黄金，就是外表和黄金类似的合金，最早的制造者极可能是冶炼铜矿的工匠。

因为“假金”会严重扰乱经济秩序，汉景帝时，朝廷“定铸钱伪黄金弃市律”，谁制伪金砍死谁。但是烧炼金丹的术士，显然不在此列。到了魏晋时期，炼丹修仙的风气，盛极一时。

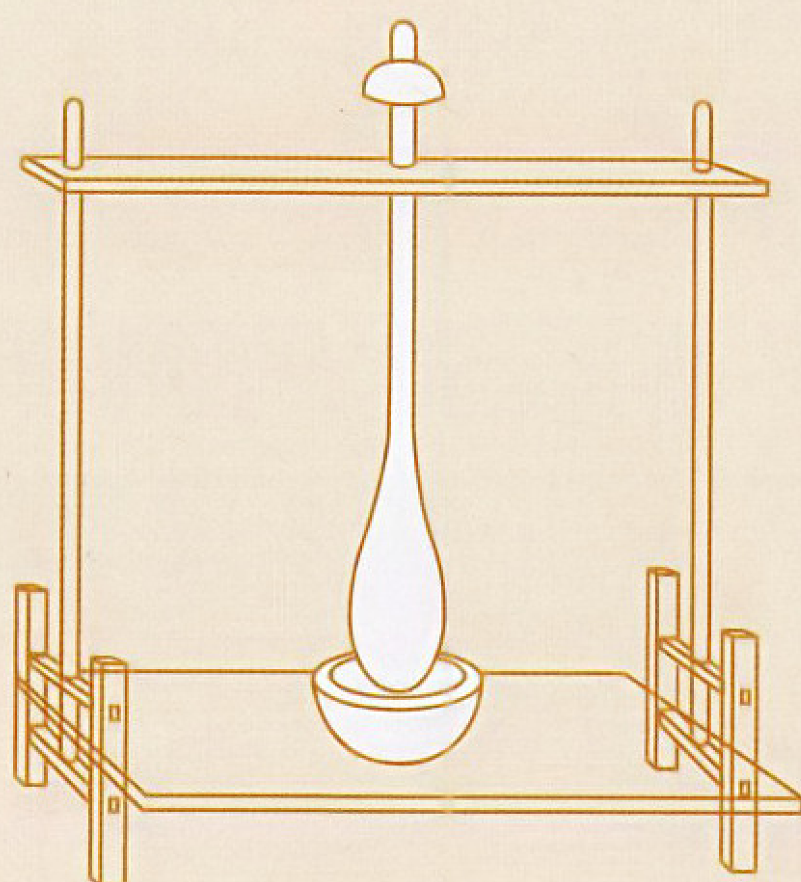
说起魏晋，必会联想到《世说新语》，想起身着宽袍大袖、脚蹬木屐的清谈客，和他们落拓不羁的言论、风姿。鲁迅先生在《魏晋风度及文章与药及酒之关系》里说，名士们都喜欢嗑“五石散”，嗑完了药就需要喝酒、暴走、吃冷食来发散。除了嗑“五石散”，他们还

八卦炉的秘密

修仙者们相信，丹砂等炼丹的矿物原料，能在丹炉中发生神秘转化，从而炼成金丹。因此，炼丹炉也被赋予了神秘色彩。下图是常见的炼丹炉——八卦炉：三足象征天、地、人；每足高四寸，代表四时；炉身象征阴阳宇宙。药石在炉中经过一次提炼为“一转”，经过九转的金丹药效最强，服用后可三日成仙。

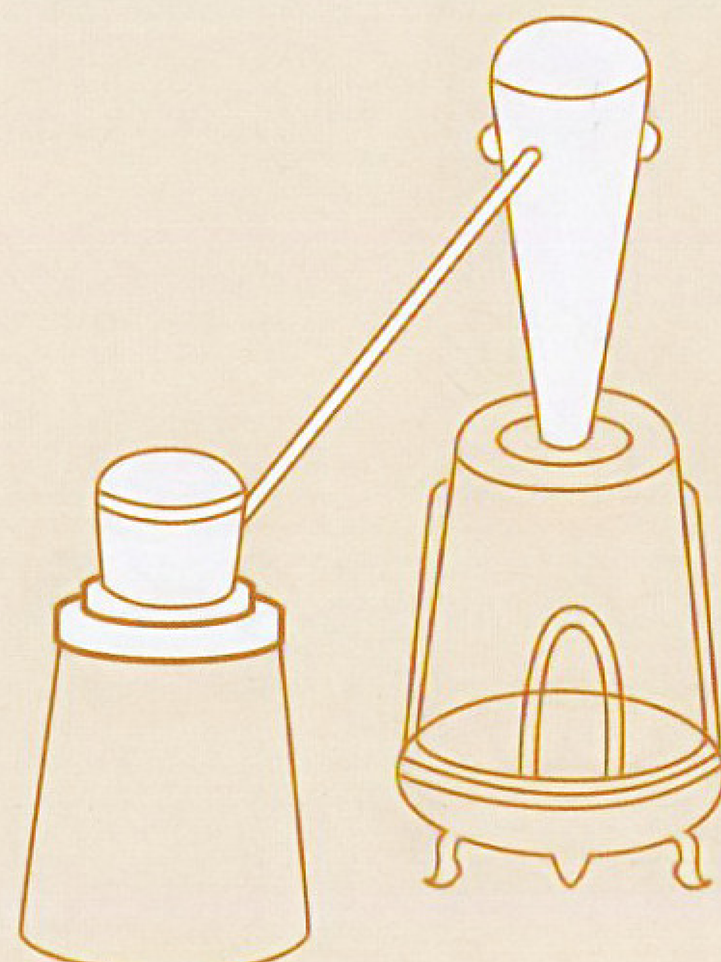
绘图 / 久远





研磨器

炼丹仪器。碾碎原材料，使药物充分混合接触，促成初级化合反应。



抽汞器

炼丹仪器。通过加热使丹砂中的汞升华为蒸气，再冷凝为液态水银。

追求炼丹修仙。东晋时有个叫葛洪的人很有学问，是“炼丹修仙”领域的关键意见领袖。他写了本《抱朴子》，系统总结了从古至今的一系列修仙理论，并融会贯通，发扬光大。

《抱朴子·内篇》明确回答：“金丹之为物，烧之愈久，变化愈妙。黄金入火，百炼不消，埋之，毕天不朽。服此二物，炼人身体，故能令人不老不死。”意思是，金丹烧的越久越好，黄金放在火里怎么烧都不会变。吃了金丹、黄金，人就能长生不死了！

既然“吃啥补啥”，人为什么不能直接吞食黄金和玉屑呢？葛洪这样解释：首先，道士们都挺穷的，师父手下还带着几十号徒弟，没钱直接吃黄金；其次，“化作之金，乃是诸药之精，胜于自然者也”，人工炼制的“黄金”甚至比自然界所产的黄金服食效果更好。

在炼丹著作中，光“假金”的名称就有：丹金、药金、雄黄金、雌黄金、曾青金等等。这些“假金”，实则是铜砷、铜锌、铜汞、锡的硫化物或者铅的氧化物等物质，虽说有一定的治病作用，可全是重金属，又有剧毒。那么，古人真的能义无反顾地下得去嘴，吃这些能要命的“金丹”吗？

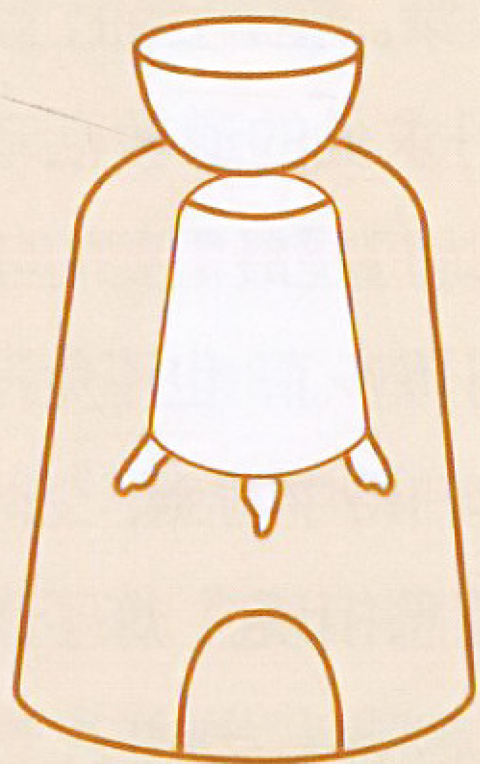
去毒秘方 炼丹术的进阶疗程

东汉时，毛伯道、刘道恭、谢稚坚和张兆期四位好友，相约在王屋山上学道。他们花了整整四十年时间，终于炼成了仙丹。可距离成仙只差一步时，服还是不服，倒成了四个人举棋不定的难题。最后，毛伯道和刘道恭下定决心，先后服下了仙丹。没想到，两个人服了丹，很快都断了气。谢稚坚和张兆期在一旁守候了整整一夜，也没见两位老大哥飞升或尸解而去，摸摸尸体，早已凉透了。谢、张两人吓傻了，把剩下的丹药全倒掉，跑下山去。谁知道第二天一早，谢、张两人再回看这座他们住了四十年的王屋山时，奇迹发生了：毛伯道和刘道恭

炼药也是炼丹

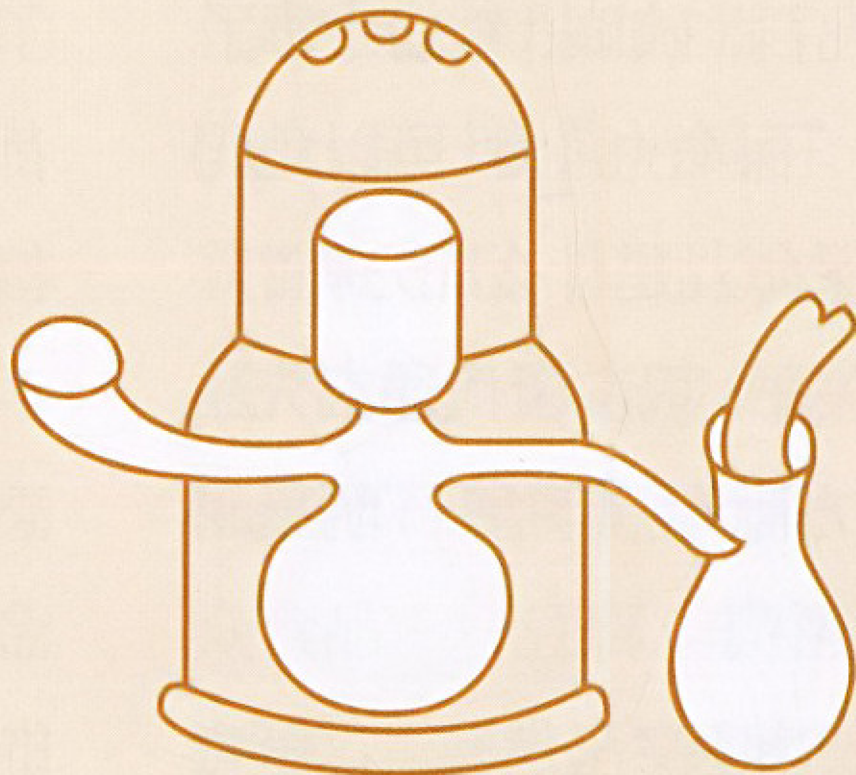
炼丹术在唐宋之后逐渐没落，而炼丹方法被中医吸收借鉴，应用在中药的炮制上。药学专著《雷公炮炙论》就是炼丹和制药相结合的产物。雷公传说为上古医学家，下图即为清代《历代医家》图册中的《雷公炼丹图》。炼丹家们发明了诸多仪器（左页图），用于丹药的锻炼、蒸馏和研磨。

供图／微图



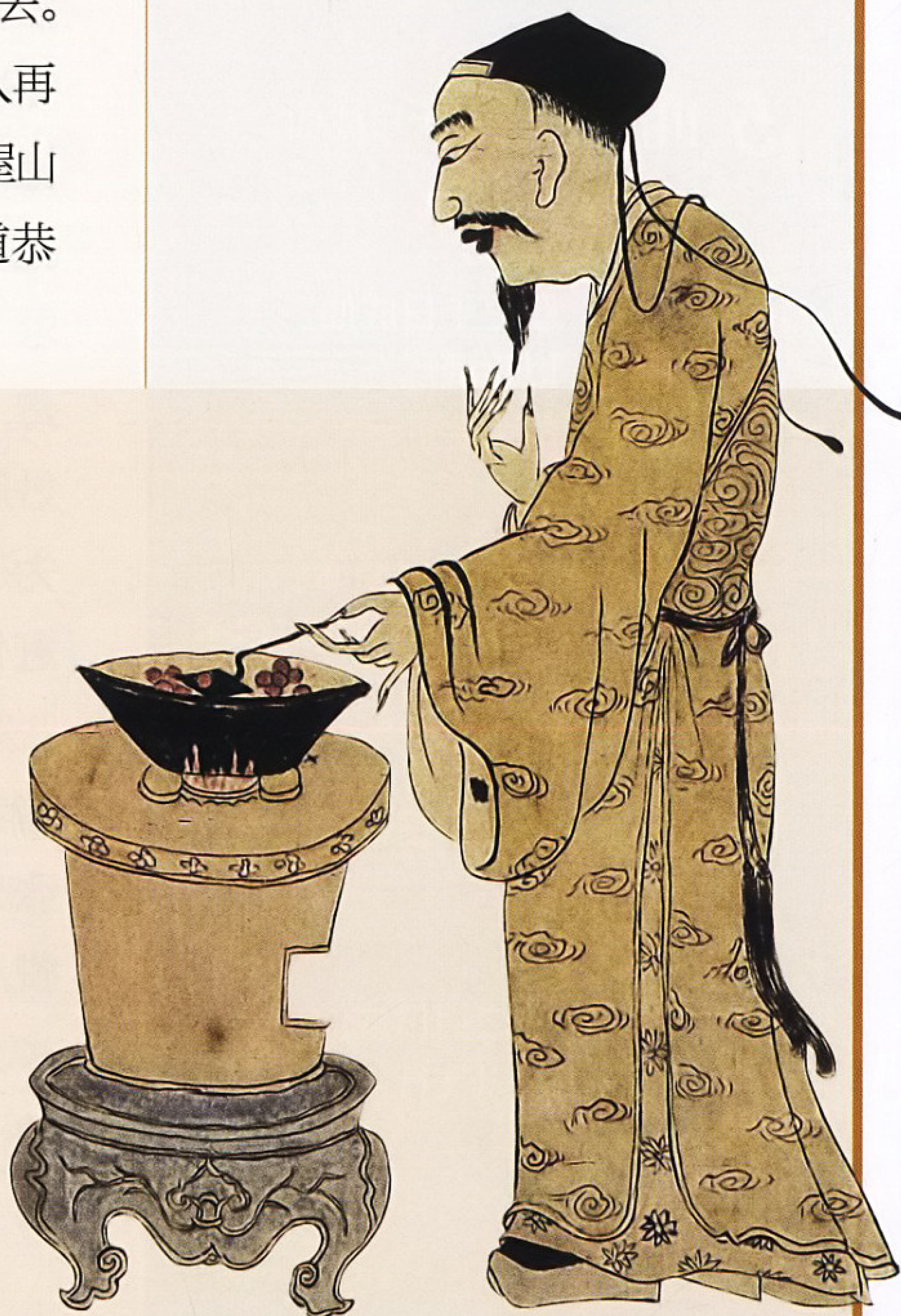
既济炉

一种炼丹炉。炉内为药鼎，上盖一碗水作为冷凝器，下置炭火加热。



未济炉

一种炼丹炉。上部加热，下部以水冷凝，有管道外排蒸气。



九种神丹助你成仙

东晋道教理论家葛洪在著作《抱朴子·金丹》篇中，列出了九种服后可长生或成仙的金丹，也就是“九丹”。葛洪说：“九丹者，长生之要，非凡人所当见闻。”九丹名称不同，功效也各不相同。

1 丹华 服之七日后成仙。以此丹置火中锻炼，可成黄金。

2 神符 服之百日成仙。以此丹涂足下，可步行水上。

3 神丹 服之百日成仙。能辟五兵。

4 还丹 服之百日成仙。合水银锻炼，可成黄金。

5 饵丹 服之三十日成仙。

6 炼丹 服之十日成仙。以汞锻炼，成黄金。

7 柔丹 服之百日成仙。九十老翁服之可得子。

8 伏丹 服之即日仙。

9 寒丹 服之百日成仙，可以飞行。

就站在山间云头上!

类似的修仙故事有很多，似乎是在谴责修仙者对仙丹的灵力不够虔诚，但这些故事更直接反映出的，是修仙者们的犹豫：到底他们炼成的，是成仙的妙药，还是杀人的利器?

按照学者黄永锋在《外丹去毒法》中的说法，修仙的道士们在服用丹药前，已经意识到了它的毒性。比如《太清石壁记》说，吃了药后，会“身面上痒如虫行，身面手足浮肿，见食臭，吃食呕逆恶心，四肢微弱，或痢或吐，头痛腹痛”，这还是轻微的症状。严重起来，会便血不止、五脏糜溃等等。因此，服丹重要的步骤就是去毒。

该怎样去毒呢?炼丹家认为，外丹毒性主要有火毒和金毒。火毒会让人口鼻生疮、面似火烧；金毒，人碰了就要瘫痪。去火毒的方法，是把丹药埋在土里或者浸泡在寒冷的泉水中；去金毒，则要用醋泡草药来蒸煮。最有趣的法子，是把枣肉裹着金丹来吃。

如果种种法子还不能解除丹毒，不要紧，唐代有一部《雁门公妙解录》说：如果你吃了丹药，因为丹砂、乳石、硫磺、紫粉中毒了，赶快服用“保命丸”，就可以免得一死。这保命丸是什么配方呢?作者卖了个关子，只说唐代通玄先生张果把秘方献给唐明皇，“明皇喜悦，密于禁中”。

不过，唐明皇虽然有了这解毒的“保命丸”，却也没能让服食仙丹的儿孙们成功保命。《廿二史札记》里说，有六个唐代皇帝吃仙丹直接吃死，看来这小小的药丸，的确“要完”。

内丹新法
炼丹术的终极进化

因为服食丹药而“要完”的，可不止期望长生不老的皇帝们。曾经谏迎佛骨，看似唯物主义者的韩愈，曾写了一篇《故太学博士李君墓志铭》，说他的八个朋友，都因为服丹药、水银中毒死亡了。他沉痛地说，这帮子人服丹到死才后悔。那些还没死的人，总抱着侥幸心理，觉得我会遵循服丹的方法、不会重蹈覆辙。可事实证明，上了这艘船，就再也下不来了。

看起来，韩愈是明白人吧?可临到自己头上，就不对劲了。白居易在《思旧》这首诗里说，韩愈吃了好些硫磺和秋石，结果“一病讫不痊”，也步上了服丹的不归路。那么，为啥唐代服食烧丹的风气这么盛呢?

答案还是能归到“楚王好细腰，后宫多饿死”的逻辑上。史载，李唐皇室把老子追认为祖先，确定了崇道的国策。全社会上上下下，都热衷炼丹求仙的道教活动。而修仙术中，炼丹是最重要的环节。

可炼丹炼多了，也不免产生疑惑。正如李白诗中写到：“空闻《紫金经》，白首愁相误。”炼了大半生的丹，怎么越吃头发越白?这玩意儿到底有没有用啊?是呀，“到底管



不管用”这个疑问，一直伴随着炼丹活动的始终。并在唐宋之交，终于颠覆了“服食成仙”的思想。

让服食丹药开始转型的，是唐代著名医学家孙思邈。他写了部包罗万象的《千金方》，述说他年轻时，为了搞清楚丹药的性质，曾遍尝小还丹、伏火石硫磺、紫石英等等。他发现，小还丹能驱除风寒；伏火石硫磺可以治脚气、除冷癖、理腰膝；白石英、紫石英能强力坚骨、治疗结滞气块。按照剂量吃丹药是可以的，但万万不可以吃五石散！孙思邈用朴素唯物主义和科学探索精神，把“服食丹药”从神秘的迷雾中拉了出来，暴露在科学的阳光下。

唐代炼丹的盛景，是外丹术的最后一抹余晖。唐末五代之交，“内丹术”取代了“外丹术”，成为道教修身的主流。所谓“内丹术”，即是把人体作为鼎炉、精气神当成药物，用积聚能量的方式疏通自身的经络。练功时间越长，正气越多，以达到神清气爽的精神状态。这发挥个人主观能动性的“内丹术”，显然比既是仙药也是毒药的外丹合理得多。由此，炼丹修仙日趋没落，仅仅在《本草纲目》里，保留了个名目，变为人们无尽遐想的材料。

鲁迅先生在杂文《导师》中讲到：“说佛法的和尚，卖仙药的道士，将来都与白骨是‘一丘之貉’，人们现在却向他听生西的大法，求上升的真传，岂不可笑！”确实，从未听说有谁真能永远不死。但古代术士在炼丹的过程中，也有不少成就：误打误撞把硝石、硫磺、木炭混在一起，发明了火药，做成武器，让战争形态演化到火器时代；偶然把石膏滴在豆汁里，凝结出大众食品——豆腐，丰富了中国人的食谱。看起来，炼丹术真正的成功，不在修仙，而在人间。

地仙的炼丹生活

东晋葛洪在《神仙传》中指出，服食半剂金丹，可以成为游于名山洞府之间的地仙。而地仙想要进一步飞升为天仙，仍需要炼丹服丹。传说中的八仙就是地仙。上图出自法国人亨利·杜雷的《中国迷信探析》，画中的铁拐李、汉钟离、吕洞宾和韩湘子，一边酌酒畅饮，一边炼制金丹，舒适惬意，正是典型的地仙生活。

责任编辑/周玥
图片编辑/吴西羽
版式设计/杨东海

修仙术

内丹



内丹 身体就是一座丹炉

撰文／喻翔

服石炼丹的修仙法，在一千多年时间里遭遇了无数次失败，死伤惨重。于是修行者求诸于内，以身体为丹炉，在体内凝炼结丹。气运丹田，任督二脉，三花聚顶，阴阳双修……这些玄之又玄的词汇，汇成了内丹功法。让我们一窥其妙。

修仙法的“转型升级”

唐懿宗咸通（860—873年）初年二月的一天，科举考试结束不久，两名礼部官员挤进攒动的人群，将一张大榜张贴在长安贡院的南墙上。不一会儿，哭声、笑声、拍掌声、惨叫声陆续传来。一位皂袍方巾的书生默默地离开人群，怅然若失，走回蓬巷棘篱里的小旅店。不料房间里端坐着一位头扎两髻、袒胸露腹、手摇棕扇的异人，此人好言相劝书生，并嘱其小憩片刻。书生恍恍惚惚，进入梦境，梦中官运亨通、子孙满堂，享尽人世富贵。一觉醒来时，店小二准备的黄粱饭尚未蒸熟。书生顿悟，于是舍弃功名利禄之心，随此异人赴终南山修道去了。

故事中的书生就是吕洞宾，异人是汉钟离。也许吕洞宾自己也没有意识到，他出家的时候，正好处于道教史上的一个重大变革期。

对于唐代的书生来说，科举及第则入仕报国，名落孙山则入山修道，都不失为一个好的出路。但道教似乎是越来越不景气了。遥想开国初期，唐朝尊老子为祖先，唐高祖规定“道大佛小，先老后释”，将道教列于三教之先，唐高宗更把《道德经》列为科举考试的科目，地位比《论语》还高。可到了唐中后期，儒、释二家发展得有声有色，门庭兴旺，道家的人气却日益衰落了。

天人合一

左页图中，两名修行者面对清朗的天空静坐，心境也许与天空一样宁静湛然。内丹，不是一种具象的丹药，而是一种注重内在体悟的修行方式，追求的是人与宇宙的本性相契，直至同道一体的仙人境界。

供图 / QUANJING





王重阳的“练功房”

右图为西安祖庵镇成道宫的“活死人墓”遗址（供图 / 何建虎 / FOTOE），是宋代高道王重阳的修道练功之地。上图为武汉黄鹄山长春观七真殿内的《王重阳祖师和全真七子图》壁画（供图 / 杨兴斌 / FOTOE）。王重阳和他的弟子不事烧药炼丹，而是以数年时间静坐修道，使心如止水、回光寂照，终成内丹学的一代宗师。

这多少与烧药炼丹之术在社会上的不良影响有关。道教的基本理想就是得道成仙，虽然东晋葛洪早已强调修仙要以忠孝和顺仁信为本，如果德行不修，仅仅修习方术是不可能长生的。但是人性往往追求“多快好省”，尤其是道家主张今世成仙，所以留给凡夫俗子的时间并不多。越来越多人因而走向了“外丹术”这条捷径，即用炉鼎烧炼金石，服丹，期望一步到位。

可惜效果恰恰相反，外丹术自汉代流行了一千余年，吃丹中毒而致残、致死者不计其数，唐朝的两位有作为的皇帝——唐太宗和唐宪宗便是其中的典型。《资治通鉴》载，唐宪宗服用金丹后，性情躁怒无常，常常随意责罚随侍的宦官，最后在大明宫暴崩，年仅43岁。

在血淋淋的事实面前，道教内部也出现了反思。其中的一些有识之士，开始酝酿一场修仙之术的“转型升级”。落第书生吕洞宾，就是其中的佼佼者。吕洞宾与其师汉钟离开创的性命双修、形神并炼的指导思想，倡导道门修持方法由“外丹”向“内丹”转型升级，其对后世的影响，远甚于一顶乌纱帽。

所谓内丹，简单地说就是舍弃采金石草木烧炼的传统方法，而以自己的身体为鼎炉，以体内的气血为药物，以意念为火候，在体内修炼结丹。看着简单，实

际上内丹法综合了道教文化的宇宙论、人生哲学、人体观、修持经验，严密且精深。修成之时，能参天地、同日月、契造化、返自然、还本我，达到天人合一的仙人境界。

与外丹法相比，内丹有两个显著的好处：一是安全，无毒副作用；一是注重内在修为，可以和儒、释诸家的思想互参互融，脱去了烧炼金丹的神秘性，更容易被人接受。

吕洞宾的内丹法，集中保存在一本五代宋初时出现的道教"秘笈"——《钟吕传道集》中。此书以汉钟离与吕洞宾师徒对话的形式，系统阐述了内丹学的理论与实践。由于汉钟离和吕洞宾的事迹被后世神化，声名远扬，后世的丹家，多认钟、吕为开山祖师。

我们可以从吕洞宾的徒子徒孙看出他的修行主张。

吕洞宾弟子众多且人才辈出，其中有一个大名鼎鼎的人物——王重阳。金庸的系列武侠小说也曾提到王重阳，并把他描述成一个武功天下无敌的绝世高手，他的绝招是"先天功"，据说练成后能打通任督二脉，武功大进。实际上，王重阳在道教史上确有其人，而且是内丹学的代表性人物之一。而"先天"、"任督二脉"这些词汇，都是内丹修炼中的专业术语。

比如"先天"，是相对"后天"而言，指的是人与宇宙处于初始状态时的那些无形的机能。而"后天"，指的是物质世界里的那些有形的、实体的东西。打个比方，未出生的婴儿在母亲的腹中时，虽不能说话行动，却已孕育了初始的生命力，这就是"先天"。十月期满，胎儿长成，脱离母体时发出"哇"的一声，从此开始呼吸、饮食、学习，这就是"后天"。

王重阳是怎样修炼的呢？他在终南山下挖了一个地洞，在上面挂了一个牌子，题为"活死人墓"，又在墓里立了一个纸墓碑，题为"王害风（自称为疯子）灵位"，然后在里面安安静静地打坐静修了数年时间。这与汉唐时期修道者开炉生火、热火朝天的炼丹术截然不同。王重阳将功夫用在了"活死人"三个字上——关闭眼耳口鼻四门，杜绝外界的声色扰攘，使心如止水，性似明镜，回光寂照，从而寻求内在的超脱。

其实，这种静修之法不是吕洞宾或王重阳的原创，在道家的创始人老子、庄子那里就有所阐述。比如，《庄子·在宥》提出："无视无听，抱神以静……必静必清，无劳汝形，无摇汝精，乃可以长生。"反映的就是内丹清修的功夫境界。唐宋内丹学的兴起，也可以说是对道家思想的回归。

话说回来，打坐静思的修



丹法三大类

唐宋以后，内丹学日趋成熟，丹法主要分成三个类型，称为三元丹法：

天元丹法
主张清净孤修，在体内炼精化气，凝成大丹。修行时进入一种极虚静的状态，杜绝起念，使神归气复，体悟天人合一。代表人物如王重阳、丘处机等，他们曾用数年时间静坐修道，形式上吸收了佛教的禅修之法。

人元丹法
主张男女栽接，阴阳双修，从后天的阴阳运化中反求先天之"道"。

地元丹法
主张炉火烧炼，包括外丹的黄白之术。从名称也可以看出，与前二种丹法相比，地元丹法最"接地气"。

法，是不是有点像佛教的坐禅呢？的确，王重阳对儒、释等外教持相当开放的态度。他有一首诗云："儒门释户道相通，三教从来一祖风。悟彻便令知出入，晓明应许觉宽洪。"直接指明儒、释、道三家同根同源，因此修道之人当然可以兼容并蓄，博采众长。他还有一句名言：人的身体如同淤泥中的藕根，而心似凌波的荷花，得道之人，身在凡间，而心在圣境。所以，修行者最重要的是修心，而不是像过去的炼丹家那样，期望通过服食金丹而白日飞升，脱离世界。

内丹修炼惹来的公案

王重阳不是一个人在战斗。事实上，全真派内丹道，乃至整个内丹修炼都有模仿佛教（尤其是禅宗）之痕迹。

比如，内丹学南宗的开山祖师，世称"紫阳真人"的北宋道士张伯端。他在内丹学著作《悟真篇》中毫不讳言：我曾广泛研读佛经及《传灯录》……世上的达本明性之道，全在这里面了。

在具体的修行方法上，内丹也借鉴了佛教的苦行。继王重阳惊世骇俗的"自掘坟墓"后，他的弟子丘处机也在磻溪

内丹三要素

鼎炉、药物、火候是烧炼外丹的三要素，内丹法同样有这三要素：以身体为鼎炉，以呼吸为风，以意念为火，以精、气、神为药，在体内凝炼成丹。火候如何控制呢？意念和呼吸急运时为"武火"，缓运则为"文火"，火力的调整和烧炼外丹的形式相似。

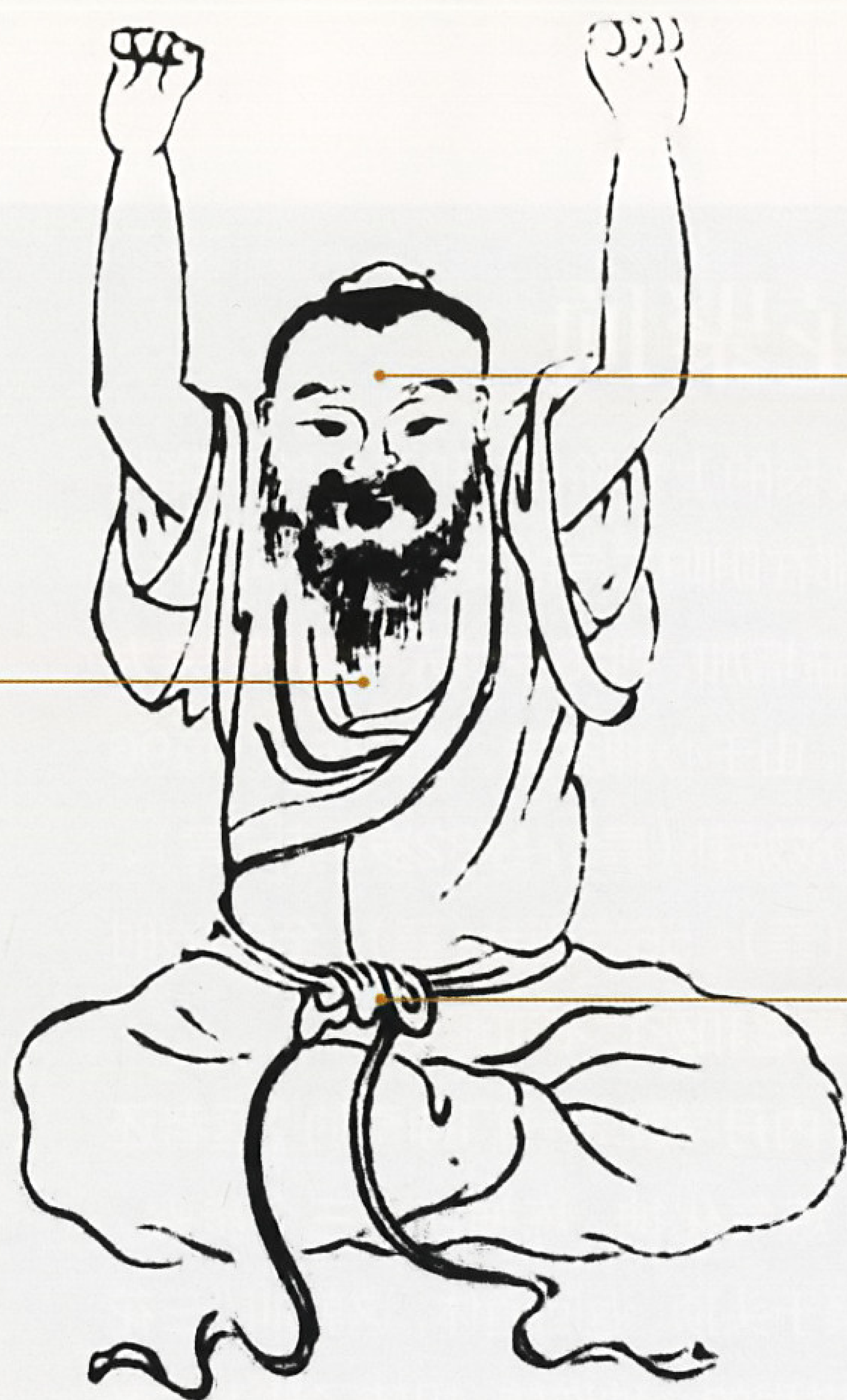
除此之外，还有一些上乘的丹法，摒弃了人的身形，而以天地为鼎炉，日月为水火，以心炼念为火候，玄之又玄，妙不可言。





绘画／彭斯

丹田在哪里?



上丹田
位居两眉中间的印堂穴，主藏神。靠近脑部，主管意识。

中丹田
位居两乳中间的膻中穴，主藏气。靠近心、肺，主管气血的运行。

下丹田
位居脐下三寸的关元穴，主藏精。靠近生殖系统，藏着生命的初始信息。

开长春洞，苦修七年，后来又到陇州龙门山苦修六年。南宋嘉定十三年（1220年），丘处机更是以73岁高龄，历时三年远赴西域追赶成吉思汗，行程三万五千里，为成吉思汗讲道。成吉思汗深受感动，惊呼其为“神仙”。此外，早期全真派还盛行过行乞、食不洁、衣破败、不睡觉之类的苦行。

在教团的组织上，全真派更是照搬禅宗的丛林制度，规定全真道士不得像过去那样萍踪浪迹，而是必须出家住观，严守清规戒律，不许婚娶，不许吃荤，不住高堂华屋，不贪人间富贵，俨然同沙门一样。

以开放的姿态吸收佛教文化，对于道教的改革本是好事一件，但这却意外地给佛、道两家带来了一场长达数百年的知识产权官司。

先是汉钟离、吕洞宾师徒对佛教徒开炮。《钟吕传道集》中，汉钟离对吕洞宾说：按照佛教的修法，古往今来的佛教徒都不追求大道，而急于速成……“定中以出阴神，乃清灵之鬼，非纯阳之仙，以其一志，阴灵不散，故曰鬼仙。虽曰仙，其实鬼也。”公然讥讽佛教徒的功夫不到家，修炼不成纯阳之体，最多只能成一个“鬼仙”。

对此，佛教徒岂能善罢甘休？于是有人奋起反击，以笔为戈，拿内丹学的祖师吕洞宾开起涮来。

南宋时的《嘉泰普灯录》等佛教灯录，均记载了“吕洞宾飞剑斩黄龙”的故事。这当

丹田不止一处

内丹炼成后，藏在何处？丹田。元代道书《太极祭炼内法》曰：“名曰丹田者，谓出生金丹，造化之田地。”丹田是体内精、气、神凝炼成丹的处所，就像农田大地能生养万物，故称之为“丹田”。人体有三丹田：下丹田藏精，中丹田藏气，上丹田藏神，俱为“人之根本”，蕴含了人的生生之机。奇妙的是，从数学的视角来看，三丹田恰好处在人体的三个黄金分割线上：上丹田，位于从下巴到头顶的头部长度的黄金分割线上；中丹田，位于从下阴到颈部的躯干长度的黄金分割线上；下丹田，位于脚到头的身体高度的黄金分割线上。
供图 / 孔兰平 / FOTOE

然是个子虚乌有的故事，但一经推出就大获成功，在宋元的话本、明清小说里轮番上演。故事的梗概是，吕洞宾得汉钟离授长生不老的仙术后，自以为无人能比，得意洋洋地四处云游。有一天，他路过江西隆兴黄龙山（在今江西修水），看到半空中有紫色的云彩结成盖，知道有高人在此，便入山求见。正值黄龙禅师升堂讲法，吕洞宾向禅师发问："一粒粟中藏世界，半升铛内煮山川。这话怎么样？"吕洞宾本来想炫耀一下炼丹的赫赫成果，结果禅师只用"守尸鬼"三个字就把吕洞宾怼了回去——丹家追求长生不死之身，这可不就是"守尸鬼"吗？吕洞宾心有不甘，傲娇地说："我还有长生不死之药。"禅师冷笑道："八百劫之后，你的肉身不还是一场空。"

吕洞宾始惊、次怒、终狂，竟想出了一个歪招——半夜飞剑到禅房里，想要取黄龙禅师的头。不料偷鸡不成蚀把米，宝剑被黄龙禅师收摄，立在地上一动不动。吕洞宾想尽了一切办法，也无法取回宝剑。吕洞宾这次给禅师跪了，当场下拜，表示愿意皈依佛法。

吕洞宾是内丹学公认的大成就者，说他在与禅宗大师的斗法中折戟沉沙，其实表现的是内丹道与禅宗修行的优劣问

逆生长？三花聚顶

人的一生，总要经历成长的上升阶段，和衰老的下降阶段，终至于死亡。这一切，都在阴阳二气的交互作用中进行。从初生之日起，人的元气日益增加，到16岁时元气最满，是为乾卦（䷀），纯阳之体。此后，由于心神多劳、情欲伤身，每96个月生一阴，乾卦在24岁变成姤卦（䷫），经32岁遁卦（䷠）、40岁否卦（䷋）、48岁观卦（䷓）、56岁剥卦（䷖），至64岁时变成坤卦（䷁），元气耗尽，衰老和死亡不可避免。

如何才能长生不死呢？内丹学就是一门神奇的"返老还童"之术。经过炼精化气、炼气化神、炼神还虚三个步骤，精、气、神逐步升华，最后聚于头顶，返回道体，这就叫"三花聚顶"。这实际上是对人生进程的一种逆转，扭转了凡人生老病死的命运，达到长生。



绘画／彭斯

题，佛道两家的高下一目了然。这么一来，道教界也无法沉默了。南宋内丹学传人白玉蟾在《平江鹤会升堂》中分辩说，在他的记忆中，吕洞宾和黄龙禅师的交锋结果是吕洞宾胜，而且只言片语就折服了黄龙禅师。明代人王崇简则认为，飞剑斩黄龙的是一个叫“颜洞宾”的人，而不是吕祖。奈何“吕洞宾飞剑斩黄龙”的故事太深入人心，这桩公案一直持续至今。原中国道教协会会长陈撄宁只好以该故事“殊无研究之价值”来息事宁人。

事实上，炼丹家追求今世长生不死的教义很容易被证伪，因为自古以来，谁见过真正的不死之人？与之相反，佛教讲求来世，所以难以被证伪。加上佛教的修行较为简易，尤其是净土宗，宣传只要口诵“南无阿弥陀佛”便可往生净土。所以，内丹学参考禅宗、强调内在修为，也是道教被市场倒逼的一种结果。内丹学盛行后，认同儒、释、道三教相通同源的人越来越多，也就不必非要一争高下了。

阴阳双修等同于房中术？

内丹术虽经全真派发扬光大，但始终官司缠身。除了与佛门的官司之外，“阴阳双修”引发的道德作风问题，也在本门内部闹得沸沸扬扬。因为一些不明真相的人，把阴阳双修等同于房中术。

房中术是先人总结的一些性技巧，在早期道教中也曾颇为流行，北周时期的甄鸾年轻时曾学道，道长传授给他一本《黄书》，此书书如其名，相传是正一派传下来的“男女交合”秘笈，称“四目两舌相对，行道在于丹田，有行者度厄延年”。许多汉魏古墓葬也有房中术书籍出土，如长沙马王堆汉墓帛书《十问》，更是把精动不泄的好处细化到了九个层次。这其实可以看作古代的一种性医学理论，主张通过适当的性保健对身体进行调养，进而达到延年益寿的效果。

阴阳双修则比房中术严密、精深得多，是一种非常严肃的修仙之法。简单地说，内丹学的关键概念就是“阴阳”二字，所以内丹修炼的根本机制就在于“阴阳交媾”。其逻辑是，在“先天”的生命状态中，阴阳本是自然交媾而平衡的，所以生命机能充盈而恒久。而当生命从“先天”落入“后天”，人的身心内外开始了分离，阴阳失去了平衡，人就开始放纵欲望，耗散精力，渐渐衰老。所以，阴阳双修就是要通过后天的“阴阳交媾”，重返先天的阴阳合一的本来状态。

内丹学常将人的生命进程和宇宙的演化作为类比，这有



任脉 下起于脐下中极穴的下面，向上沿腹壁内侧，经关元穴上行至咽喉部

督脉 下起于会阴穴，沿着脊柱内面上行至风府穴，联络于脑

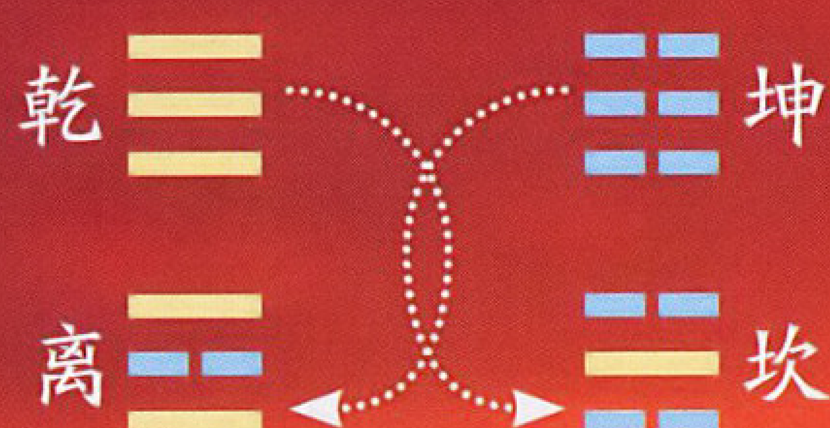
任督二脉有什么用？

内丹炼养以精气神为药物，那么精气在体内如何运动呢？任督二脉就是精气升降运转的通道。若此二脉淤滞不通，精气无法运转，内丹也就炼不成了。依据天人合一的观念，元代内丹学者俞琰在《周易参同契发挥》中说，任督二脉好比地球的黄赤二道，精气的升降如同日月在黄赤道上的运转，故能与天地同功。此二脉通，则百脉皆通，周身无停壅之患，长生可得。更神奇的是，作为灵兽的鹿之所以能长生，五百岁变为白鹿，一千岁变为青鹿，是因为鹿能通其督脉。而龟、鹤、蟾蜍之所以能活千岁，是因为它们通了任脉。

助于我们理解阴阳双修。现代天文学一般认为，宇宙的初始状态是一个原点，经过“大爆炸”膨胀到了今天的规模。随着膨胀的继续，“大爆炸”之初的巨大能量将逐渐消耗，宇宙终将走向冷却、衰亡。其实，早在两千多年前的《道德经》中，老子就已经提出了宇宙“大爆炸”的理论模式：“道生一，一生二，二生三，三生万物。”我们可以理解为，宇宙的“先天”机能中的阴、阳二气相互作用，演化出了如今的宇宙万物。那么，人和宇宙从生到死的过程就不可逆了吗？道教追求的偏偏就是永恒，绝不肯坐以待毙。怎么办呢？那就要逆转生命和阴阳的常规演化方向，体悟“大爆炸”之前的宇宙初始信息，由“后天”的生命返还到“先天”生命。

由此可见，阴阳双修追求的不是一时之快，而是恰恰相反，主张减少精力的耗散，升华人的情欲，使之转化为“先天”的不生不灭的生命机能。

取坎填离：男女双修的道理



在道教修炼法中，常可见“男女双修”一说。道教典籍《渔庄录》中解释了其原理：

先天的男、女本以纯阳、纯阴的乾卦（☰）、坤卦（☷）表示。男女交媾之后，乾体（☰）吸取了坤体（☷）当中的阴爻，破而为离（☲），坤体同样吸取了乾体当中的阳爻，实而为坎（☵）。因此，后天的男女两性用离、坎来表示。阴阳双修的目的，是从后天返回先天，将离重新变成乾，坎重新变成坤。也就是通过双修，将坎（☵）中的阳爻抽回来，填到离（☲）卦中间阴爻的位置上，使之恢复先天乾卦的纯阳之体。这就叫“取坎填离”。

供图／视觉中国

要真正地实现“阴阳交媾”，不可满足于体肤上的快感，而是要进入一种极虚静的状态，超越情欲，注重体内气血的炼化。

不过，对阴阳双修具体操作方式的不同理解，还是形成了两个对立的派别：“清修派”认为，阴阳二气聚集在一个人身上，所以只要一个人单独修炼，就能炼成内丹；“双修派”则坚持认为，“一阴一阳谓之道，故孤阴不生，独阳不长”。二者在这个根本问题上针锋相对，前者屡斥后者为淫秽的歪门邪道。由于站在了道德的制高点，终宋元之世，清修派一直占据上风。

入明以后，理学松动，心学兴起，社会风气有所开放，《金瓶梅》这样惊世骇俗的小说也公然问世。两性与健康的话题变得不再那么避讳，以阴阳采补为核心的双修理论，此时也重新抬头。

明万历年间，据传为《封神演义》作者的扬州道士陆西星，沿袭了道教界惯用的名人效应手法，自称吕洞宾曾经亲临其草堂二十多天，向其秘密传授丹法。他主张男女双修，但限于夫妇同炼，要点在“凝神聚气”、“道归自然”，是为内丹学的东派。又约两百年后，清道光年间，四川乐山道士李涵虚故伎重演，自称在峨眉山遇见了吕洞宾和张三丰，得丹法秘要。他宣扬丹法以清净立基，然后事男女双修，阴阳妙用成丹，是为内丹学西派。

若是恪守祖师之法、规矩地修炼倒也还好，但有的人却在实践中不能自持，乃至于渐渐“走偏”，产生了一支变体——采阴补阳。无论从古代还是现代的视角来看，这都是自私的、反人性的做法。采补之术把女子作为工具，于是挑三拣四——必须选择质量上乘的“美鼎”，对女子年龄、长相、肥瘦、皮肤好坏、是否是处女都有要求。

很多道门中人都斥之为禽兽之行。宋末元初著名道士李道纯就明确称其为“大乱之道也，乃下三品之下，邪道也”。明代武当派创始人张三丰，也批评采阴补阳是损人利己的“巧诈之术”，实际上是“贪其美色，胡肆纵横，恣情纵欲”，终究会“髓竭精枯”。

那么，什么是男女双修的正确态度呢？

首先，要在精神上同心同德。修炼的内容，不光是采阴补阳，还包括双方修身持家、相互砥砺的善行。吕洞宾的道友陈抟老祖就称：“结女者，非结谈笑游戏无益之人，必择道同心合，仁慈勤俭，不贪富贵，素有德行者，得以护卫助力，彼此进道，行无阻碍，能成就以全至真。”所以，很多行阴阳双修的大家，实际上是志同道合的贤伉俪。



男人也能怀孕？

上图为讲述内丹修炼的《慧命经》中的《道胎图》，描绘了一个“怀孕”的男人。内丹学认为，阴阳双修能产生“仙胎”，而单独修行者，则以自身体内的阴阳之气进行交合，也可凝炼内丹、结成“仙胎”，好比“男儿怀孕”。如宋代内丹家白玉蟾有诗曰：“怪事教人笑几回，男儿今也会怀胎。自家精血自交媾，身里夫妻是妙哉。”

东晋道学家葛洪的《神仙传》中，就有这么一对：刘纲、樊云翘夫妇。东汉末年，浙江上虞县令刘纲清廉爱民，远近百姓都感念其德。刘纲又喜好神仙方术，与妻子樊云翘一起拜在四明山隐居的白道人为师。数十年后，两人道术日益精进，经常比法为戏。刘纲作火烧屋，夫人禁之则火灭。刘纲唾一口痰变成鲤鱼，夫人则唾痰变成水獭，吃掉鲤鱼。不论怎么比，刘纲总比夫人差那么一点。最后，白道人脚踏祥云降临，宣布“尔等夫妇道心精诚，心地善良，已成正果”。于是，二人白日飞升，做了一对神仙眷侣。

再者，男女双修的方法，除了形交，还可以“体隔神交”，即“男不宽衣，女不解带”，只需二人坐在一起进行精神交流，阴阳相感而神气相通。青城派甚至声称二人不用坐在一起，而是可以远程交流，“即使万里关山远隔，亦能双修双成双去”。

无论是形交还是神交，阴阳双修都强调去欲存真，所以它与房中术和采阴补阳都有本质区别。清代著名内丹道士傅金铨，就自信满满地说，双修丹法“实属正大光明，并非卑污暧昧”。

不过，真正做到去欲存真需要很高的道行，操作起来绝非易事。若没有得到名师传授，光凭丹经上的只言片语来自行修炼，很容易闹出笑话。陈撄宁就

苏轼也爱炼内丹

入宋后，内丹道取代外丹流行于世，形成一股热潮。四川的道教氛围尤为浓厚，故身为四川人的苏轼也热衷此道，一生炼养内丹。苏轼曾在给茅山道士刘宜翁的信中坦露心迹：“轼龆龀（tiáo chèn）好道，本不欲婚宦，为父兄所强，一落世网，不能自逭（huàn），然未尝一念忘此心也。”从小崇尚修道，若不是父兄强迫结婚、入仕，也许就当了道士了。

苏轼最重视的是内丹功法中的胎息功。胎息即婴儿在母亲腹内的胎中之息，用的不是口鼻，而是通过脐带与母亲共同呼吸。成人修炼此功时，气息将变得非常微弱，以绒毛放在鼻子下面，吐气时绒毛不动。苏轼在练功时，除了闭息，还注意闭目静虑，诸念不起，内观精气在体内升降。在苏轼看来，这种修炼“为益甚大”，且“辄有奇验”。

苏轼性情豪迈、洒脱，虽然一生挫折不断，却始终淡定如初，这大概和他长年坚持的去欲静心的内丹修行有关吧。



在《道家养生秘库》里记载了一则趣闻：张伯端的《悟真篇》中有“黄婆”一词，其实是“真意”的代名词，因真意在五行属土，土是黄色，而土在八卦中是坤卦，坤为“老阴”，又为“母”，所以真意即黄婆。有个修道的老头照着《悟真篇》修行，以为黄婆就是黄脸老太婆，便让自己的妻子充当黄婆，来管理作为女鼎的那些姬妾，结果行双修大法时打翻醋坛，搞得家庭不睦。在老头看来，自己不过采药炼丹，毫无邪念。但妻妾们反驳：你仍在调情寻乐，老不正经。

不管内丹学家们如何努力地自圆其说，阴阳双修还是不可避免地在民间遭遇了污名化。就连内丹祖师吕洞宾也“难逃一劫”，竟和嫖妓发生了意想不到的关联。

早在宋代，吕洞宾与娼女的故事就开始在市井中流传。但此时的吕洞宾形象，还只是作为一名慈悲的长者，来点化误入迷途的羔羊。进入元代，事情就起了变化。元代的知识分子处于前无古人的“臭老九”地位，连娼妓都高出其一等。失去了晋升仕途的门路，读书人只好靠下海写剧本再就业，这就造成了元代戏曲的繁荣。吕洞宾名气大、故事多，最适合做文章。这一时期，涌现了诸如《吕洞宾三醉岳阳楼》《吕洞宾桃柳升仙梦》《吕洞宾花月神仙会》《吕洞宾戏白牡丹》等吕仙戏。其中调戏白牡丹的故事，就是好事者调侃吕洞宾“纯阳”道号的经典之作。

男女双修的方法，还可以“体隔神交”，甚至远程交流，“即使万里关山远隔，亦能双修双成双去”。

故事的大意是：白牡丹是凡间的名妓，吕洞宾贪恋她的美色，夜夜到青楼与白牡丹交欢，但真阳始终未泄。白牡丹心生疑窦，后来何仙姑和张果老怕吕洞宾久留人间，为仙界的领导察觉，便下凡教白牡丹如何破解吕洞宾的纯阳不泄之术。吕洞宾果然原形毕露，不得不归位仙班。

这则故事还只算是剑走偏锋，到了晚明小说《飞剑记》，则演得离谱了。吕洞宾勾引的不是娼妓而是良家妇女，伎俩被黄龙禅师揭穿后恼羞成怒，提剑欲斩黄龙，反被高深莫测的禅师制服。作者将调戏白牡丹和飞剑斩黄龙两个故事巧妙地融合在一起，可惜改来改去终究是戏说。

修身养性能否升天成仙，不知。但确能淡泊明性，超脱尘世，也仿如仙了。这么看来，修炼的方法重要，态度更重要。

本文参考资料：胡孚琛《道教内丹学揭秘》

责任编辑／陈伟峰
图片编辑／吴西羽
版式设计／杨东海

修仙术

辟谷≠饥饿疗法

撰文/喻翔

《红楼梦》里的贾府中，有一个治病疗疾的秘方——饥饿疗法。《红楼梦》第五十三回，宝玉的贴身丫鬟晴雯伤风未愈，又通宵为宝玉缝补雀金裘，病势愈发沉重。怎么治好的呢？“这贾宅中的秘法，无论上下，只略有些伤风咳嗽，总以净饿为主，次则服药调养。故于前一日病时，就饿了两三天，又谨慎服药调养，如今虽劳碌了些，又加倍培养了几日，便渐渐的好了。”第四十二回，王熙凤的女儿大姐儿在大观园受了风发热，王太医仔细诊断后，给出的疗方也是“清清净净的饿两顿就好了”。

饿肚子就能治病，或称之为“饥饿疗法”，直到今天还运用在烧食、急性肠胃炎等疾病的治疗中。有人也许会联想到道教的修行法——辟谷，但二者却有本质的区别。饥饿疗法是为了治病，而辟谷的目的是修仙。

辟（bì）谷，又称断谷、绝谷、绝粒、休粮等，从名称就可以看出其要义——不吃粮食。早在秦汉时期，辟谷术已经相当流行。长沙马王堆汉墓出土的帛书中，就有一篇《却谷食之篇》，专门探讨辟谷术。辟谷的效果十分惊人，《二十四史》中就有不少神奇的记录。如《魏书》云，道士寇谦之践修辟谷，“气盛体轻，颜色殊丽”，变成了一个大帅哥。《北史》中，寇谦之的弟子李皎学习师父的方法，“绝



餐风饮露

右图中，修道者独坐幽谷，宛若餐风饮露、不食人间烟火的仙人。仙人岂能吃五谷菜肉这些俗物？只有服食特殊的药石仙草，吸取天地自然之气，才能脱俗胎、成仙体。

供图/鹿菏

粒数十年，年九十余，颜如少童”。《宋史》云，名士刘庭式“绝粒不食，目奕奕有紫光，步上下峻坂如飞”，在山崖陡坡上行走如飞。

修道者为什么不吃粮食呢？约成书于西汉的《大戴礼记》说到：“食肉者，勇敢而悍；食谷者，智慧而巧；不食者，不死而神。”五谷杂粮，属于“人间烟火”，会在肠中形成残渣、产生秽气，不是修道者的理想食物。东晋道士葛洪认为，欲得长生者，肠子里应当清清净净；欲得不死者，肠子里应当毫无渣滓。这在现代医学看来仍有其合理性：粪便在体内的长期滞留，会引起慢性中毒，以致引发疾病，加速衰老和死亡。

约成书于西汉的《大戴礼记》说到：“食肉者，勇敢而悍；食谷者，智慧而巧；不食者，不死而神。”



更重要的是，令人见怪不怪的寄生虫，在修仙者看来，乃是可怕的“三尸虫”。《太上洞玄灵宝五符序》云，三尸虫与人俱生，上尸喜好宝物，中尸喜好五味，下尸喜好五色，“常欲令人死”。三尸虫是人的一切邪欲的罪魁祸首，也是修道的一大障碍。所以，修行长生之道，必须首先除去三尸虫。怎么除？三尸虫靠人体内的“五谷精气”生存，所以，人只要断食五谷，就能把三尸虫也统统“饿死”。

需要注意的是，辟谷不等于绝食、什么都不吃，而更像是“挑食”——用特殊的药饵取代日常饮食。道教典籍《抱朴子》将辟谷分为四类：服石辟谷、服水辟谷、服药辟谷、服气辟谷。拿服药辟谷来说，享年142岁的唐代药学家孙思邈就很推崇天门冬辟谷方：“久服令人长生，力气百倍”，无病不治。

这看来很不可思议。人在日常饮食中不摄入蛋白质、碳水化

合物等营养物质，而只是少量地吃一些药石、符水之类的东西，不饿昏就不错了，怎么可能“力气百倍”？

辟谷，就是这么神奇。从古至今，有很多修行者、科学家进行了成功的实验。比如在《三国志》中，文艺青年曹植坚信人不吃东西活不过七天，于是找来方士郄俭“演示”辟谷，和他同住同睡长达一百日。百日后，郄俭果然“行步起居自若”。这是怎么做到的？按照道教经典《太平经》的说法，开始服气药辟谷后，三天“小饥”，七天“微饥”，十天后就初步适应，不再感到饥饿了。现代学者也用科学的方式在人体和小鼠上进行了实验，其中有不少研究成果表明，辟谷术不仅是安全的，而且还能防止心血管疾病和代谢疾病。

在现代科学看来，这只能解释为通过节制进食，使机体处在低营养状态，减少新陈代谢。如同龟息，不饮不食而能长生。不过，若要彻底解释这个问题，还是要回到道教的理论。道家认为，世界上的万物万象，包括人在内，都根源于“气”。所以，人的精神和“气”本是一体，可以相互转换。人即使不摄入食物，也能通过服药、吐纳，使自己“气足神完”，精力旺盛。用“专业术语”来说，就是“精满不思淫，气满不思食，神满不思睡”。

抛开这些玄之又玄的理论，辟谷术的流行，有其更深层的社会背景。所谓“民以食为天”，而辟谷术的产生，就是因为——没的吃。道教兴起的东汉中后期，社会黑暗，民生凋敝，底层民众粮食匮乏，辟谷术作为一种“治饿”之法，得到了从官方到民间的全面推广。用东汉道教经

修仙的罪魁祸首

古代道书、医书中经常提到“三尸虫”，它偷食人体内的五谷精气，还让人放纵色味之欲，不仅危害健康，更是修仙的一大障碍。辟谷术的首要目的，就是驱除三尸虫。右图为《太上除三尸九虫保生经》中的三尸虫。

绘画 / 久远



下尸彭矫

小名季细，在人胃足，令人贪恋女色、嗜欲尿频、腰腿无力等。



中尸彭瓆

小名作子，在人心腹，令人贪吃、贪爱五色、做噩梦等。



上尸彭琚

小名阿呵，居人头中，令人头疼、齿落、耳聋、发白、糊涂等。

辟谷术的四种类型

辟谷并不是什么都不吃，而是少量地吃，选择性地吃。根据食用的内容和形式，东晋高道葛洪在《抱朴子》中将辟谷术分为四个主要类型：



服药辟谷

以高营养或难消化的药物代替五谷。常用的药物有黄精、松根、白术、天门冬、人参等。以黄精为例，其做法是用水煮一通宵，煮熟后放凉挤碎，榨成汁，晒成末，再放到锅里熬成鸡蛋大的丸。一天吃三颗，能除百病，身轻健不老。



服气辟谷

通过呼吸吐纳维持生机，通常与服药辟谷相配合进行。唐代高道幻真先生服气修行颇有心得，曾著《幻真先生服内元炁诀法》，指出坚持服气辟谷三年后，正气流通，三尸虫遁逃，渐渐不欲闻食物之味，如果觉得腹空就吞气，药物都不必吃。



服水辟谷

在道家思想中，水善利万物而不争，是有德之物。唐代药学家孙思邈也在《千金翼方》中表示："夫天生五行，水德最灵，浮天以载地，高下无不至。"辟谷用的水，需要经过一定的宗教仪式才能生效，不同于日常的喝水。



服石辟谷

通过服食一些矿物质，达到辟谷养生的目的。《抱朴子》中提出两种服石辟谷的方法，一种是药、石同服，以药护石，一种是用特殊的药物软化石头，实际上是利用了化学反应。这也是最容易中毒的辟谷方法。

典《太平经》的话说，学会辟谷术，丰年可以存粮，遇到灾难或荒年还可以保住小命，"乃富国强民之道"。

西晋时期的一个荒年，老百姓没饭吃，饿殍满地。有人把情况汇报给晋惠帝司马衷，闹出了"何不食肉糜"的笑话。不过，这位糊涂皇帝面对饥荒，也并非毫不作为。清初人陈芳生在《先忧集》里讲了一个故事：晋惠帝永宁二年（302年），又逢饥荒，而京城的大户却趁机捂盘惜售、抬高粮价，百姓苦不堪言。大臣刘景先上表进言："臣曾在太白山遇到一个隐士，传给我'济饥辟谷仙方'，臣全家大小七十余口人都已经不吃五谷，个个耳聪目明，光彩照人。请圣上将此方广传天下，若无效，臣一家甘受刑戮。"据说，有地方官进行了实地推广，还真取得了成效。可怜百姓受苦受难，父母官不为他们排忧解难、开仓放粮，反倒教给他们一个扛饿的"仙方"。

由此看来，辟谷术，可以说是一种相当辛酸、无奈的修行方法。

责任编辑／陈伟峰
图片编辑／吴西羽
版式设计／杨东海

导引 我们一起来做操

撰文／喻翔



1974年，长沙马王堆汉墓出土了一幅帛画——《导引图》，图中工笔彩绘有44个导引动作形象，有男有女，或蹲或立，挥手跷足，灵活矫健，乍一看犹如一套“Hip-Hop”舞蹈动作分解图。由此可知，导引术在汉代已非常流行，而马王堆汉墓的墓主人，想必就是导引术的爱好者。

导引是啥？其核心思想是“导气令和，引体令柔”，简单地说就是调和呼吸，活动筋骨。关于导引术的起源，成书于战国末年的《吕氏春秋》解释说：陶唐氏（传说中的尧帝）的时代，发生了一场大水灾，洪水在大地上壅塞不行，人民“气郁阏而滞著，筋骨瑟缩不达”，尧帝于是教人民舞蹈，以舒展筋骨、疏导闷气。说白了，就是开展体育锻炼，强身健体。

然而这导引术非同小可，长期练习还有长生、成仙的“奇效”。道家的庄子、刘安等人都提倡导引养生，嵇康也在《养生论》中说：“导养得理，以尽性命，上获千余岁，下可数百年，可有之耳。”与马王堆汉墓的墓主人大致同时期的留侯张良，也是一名导引术的发烧友。《史记·留侯世家》中说，张良辅佐刘邦建立汉朝，立下了汗马功劳，与萧何、韩信并称“汉初三杰”。不过，张良没有贪恋权位，而是志愿“学辟谷，道（导）引轻身”，想当一个长生不死、御风飞行的仙人。后来，韩信被杀、萧何遭囚，张良果然得以善终。在唐末神话集《仙传拾遗》中，张良升仙做了“太玄童子”，也就是太上老君的侍从。



《导引图》中的这个动作，两腿分开呈弓步，双臂分举，模仿的是鹤的体势。广播体操“时代在召唤”中“伸展运动”的姿势，与此很相似。



汉代的“体操”

图为马王堆帛书《导引图》，描绘了44个人物的导引图式。照着它练习，就能体验汉代人的导引术。其中的一些动作，是否似曾相识？没错，现代广播体操就吸收了《导引图》中的精华。若是脱去其修仙的神秘色彩，导引术不失为一种强身健体的体育运动。

供图 / 俄国庆 / FOTOE

一种体育锻炼，为何与长生、成仙联系起来了呢？《史记·龟策列传》中讲到了一件奇事：南方一个老人用乌龟来垫床脚，二十年后老人死了，家人移开床，发现龟还活着。龟为什么长寿？因为时人认为“龟能行气导引”。书中还说，江南的一些居民常常养龟，认为龟能帮人调理呼吸、增加元气，“有益于助衰养老”。

导引术中的很多动作，就是模仿自然界各种动物的形态。神医华佗发明的五禽戏，就是一种典型的导引术。在《后汉书·华佗传》中，华佗阐述说，人体需要适当的运动，如此则食物得以消化、血脉得以畅通，百病不生，犹如窗户轴经常转动便不会糟朽。神医的观点，其实就是今天大家常说的“生命在于运动”。华佗又说：“古之仙者，为导引之事……动诸关节以求难老。”活动活动关节，就能延缓衰老。而当这种功效被夸大，长寿就变成了长生不死，修行者也就成了“仙”了。

东晋葛洪注重丹药，因此对导引的看法更加自由。他在《抱朴子》中指出，导引没有定法，日常生活中的俯仰、伸屈、行卧、散步都是导引。而且，不必每天早晨为之，而是感到身体不适就可以练习。经过数千年的发展，由导引术又发展出了太极拳、八段锦、易筋经等耳熟能详的功法。甚至几乎每个人都做过的广播体操，也吸收了《导引图》的一些精华部分。没想到吧？所以要认真做广播操，运动不止则生命不息。



修仙者的底线与禁区

撰文／陶襄

正道修成正果，妖道万劫不复。如何能走上修仙正道，必须遵守《修仙操守指南》。修仙，也有这些底线与禁区。

《西游记》第七十八回，唐僧师徒行至比丘国，看到家家户户都把小儿挂在鹅笼之中，甚为疑惑。向国人打听，方知是国王听信国丈之言，想要以小儿心肝为药引，寻求长生不老，得道成仙。仙还有这等修法？孙悟空大怒，揭穿了国丈的真面目：白鹿精！为修仙得道而不惜害人性命！罪大恶极的“道人”竟然是妖，所用之法难怪被斥为“妖道”。

修仙得成正果者，是真仙，是正道。而以不正当的手段修仙的，都被定义为“妖道”。于是，修仙也有了“操守指南”。

操守一：不可作乱谋逆

考之史籍，“妖道”竟出于道教徒之口。

被后世称作“小仙翁”“葛仙”的葛洪，是修仙正道的代言人。正是他最早提出“妖道”这个词的。在《抱朴子·道意》篇中，他说：“第五公诛除妖道，而既寿且贵。”修仙者最注重“寿”，长生不老，其主要方法即服用金丹，而“诛除妖道”竟然就可以达到同样目的，很是奇怪。追根究底，原因不仅在于内，更在于外。

东汉时，道教于民间兴起。诞生之初，有着浓厚的反叛者色彩。作为“仙人预备役”，道士们常常扮演“天机”掌控者的形象。《东观汉记》中记载：东汉初年，涿郡太守张丰想举兵谋反。犹疑不定之际，一位有“仙法神通”的道士出现了。道士告诉张丰，说他命中注定当为天子，还用五

妖道横行

明清以神魔仙道为主题的小说中，总有一类反面形象——妖道。他们有的用妖法害人，有的借修仙牟利，是道门修行者队伍中的败类。左页图为《西游记》中车迟国的虎力大仙、鹿力大仙和羊力大仙。三大仙以旁门左道的法术迷惑国王，嚣张跋扈，作威作福，是妖道的典型代表。

绘画／张墨一

彩丝绸裹了一块石头系在张丰的肘部，说石中有玉玺。张丰信以为真，大胆起兵。待到兵败，击破石块一看，石中并无一物，方知道士是个“假仙”。无论道士们是否真有洞察天机之能，如此张口闭口妄谈“天命”，对于世俗政权而言，不啻是潜在的威胁。

东汉末年，天下大乱，修仙学道的道教徒们也看到了契机。他们不仅要当逍遥天上人间的仙人，也要当乱世的主宰者，于是道教徒与皇权的对抗发展到了极致。“熹平中，妖贼大起，三辅有骆曜。光和中，东方有张角，汉中有张修。骆曜教民缅匿法（一种隐身术），角为太平道，修为五斗米道。”三方势力同时向政权发难。

看似应当与世无争，以“修仙”为己任的道教，对于民众竟有如此强大的鼓动性，这引来了中央政权的警惕与严厉镇压。魏晋南北朝之际，为了使道教摆脱被绞杀的非法地位，道教领袖们不得不重新思考道教的自我定位问题。《抱朴子》中说：张角之徒“进不以延年益寿为务，退不以消灾治病为业，遂以招集奸党，称合逆乱，不纯自伏其辜，或至残灭良人，或欺诱百姓，以规财利，钱帛山积，富逾王公”。可见，葛洪认为，正确的修仙者，应当是以延年益寿为目的，以消灾治病为己任的。反叛政府这样的行径，是绝不能容忍的。北魏寇谦之主持道教改革，也表示要“除去三张（张陵、张衡与张鲁）伪法”。“伪法”的核心，就是“人人欲作不臣”的行为。

根据复旦大学教授葛兆光的研究，道教在3-6世纪存在一段“屈服的历史”。早期道教严密的组织系统接近于行政组织，经动员之后更可以成为军事组织，确为不安因素。若想生存，必须向主流道德文明屈服。这就是最初一轮的道教自我净化，也划定了修仙者的“正”“妖”基本界限：不可成为反叛者。

第五伦下令禁止杀牛祭神的行为，并将胆敢继续鼓吹杀牛祭神、恐吓百姓的“妖道”捉拿问罪

操守二：不得杀生淫祀

何谓淫祀?《礼记·曲礼》说：“非其所祭而祭之，名曰淫祀。淫祀无福。”可见淫祀是指去祭祀除自家祖先和国家承认的神明之外的各路“神仙”。

不允许祭祀来路不正的“神”，是为了维护主流神明。葛洪提到的那位“寿且贵”的第五公，就是以查禁淫祀而著名的廉吏——第五伦。他在东汉光武帝建武年间任会稽太守时，发现当地淫祀之风盛行，百姓甚至常常被“妖道”

修仙皇帝知多少

中国历史上，有许多皇帝都以求长生为目的，崇道修仙。他们或服食丹药，或迷信方术，希望借助仙的力量来巩固自己的权威。皇帝至高无上的地位又决定了他们的修仙行为会对整个社会产生深远影响。令人啼笑皆非的是，帝王修仙历来是荒唐者多，而成功者无。下图为清宫画师所绘《雍正道装像》，雍正即为一位典型的修仙皇帝。

秦始皇嬴政
派遣方士徐福等前往东海寻找长生仙药，自己多次东巡求仙。

汉武帝刘彻
重用李少君、栾大等方士，锻炼黄金，派人入海求仙。

晋哀帝司马丕
与皇后一起以辟谷、服食丹药等方式修仙，20余岁即中毒身亡。

唐太宗李世民
以道教为国教，晚年热衷长生方术，服食丹药。

唐玄宗李隆基
编纂《开元道藏》，相信修仙术，重用道教方士。

唐宪宗李纯
中年以后热衷长生方术，服食丹药中毒，脾气暴躁，数月不能上朝。

唐武宗李炎
崇道灭佛，热衷服食丹药，30多岁时因服丹中毒而死。

宋真宗赵恒
鼓吹天书祥瑞之说，大量册封神仙。

宋徽宗赵佶
自号“道君皇帝”，试图依靠道士郭京的仙术抵御金兵，导致亡国。

明成祖朱棣
自诩为真武大帝化身，推崇道教，建设宫观。

明世宗朱厚熜
不理朝政，在皇宫内设斋醮，因炼丹引发“壬寅宫变”，险些被宫女勒死。

明神宗朱翊钧
宫中设斋醮，常年不上朝，重建朝天宫等道教宫观。

明光宗朱常洛
服用鸿胪寺丞李可灼进献的仙丹“红丸”而暴毙。

明思宗朱由检
册封张天师，向玉皇大帝祈祷求天兵天将帮助与李自成、清兵作战。

清世宗爱新觉罗·胤禛
频繁参与道教活动，寻访道士，在圆明园炼丹，并向群臣赏赐丹药。



鼓动，杀牛祭神。在农业社会，牛是宝贵的生产资料。乐于接受这种祭礼的“神仙”，无疑是为祸人间的“假神仙”，而鼓动这种行为的，就更是其心不正的“妖道”了。第五伦下令禁止杀牛祭神的行为，并将胆敢继续鼓吹杀牛祭神、恐吓百姓的“妖道”捉拿问罪。信巫鬼、尚淫祀，便是站在修仙者反面，即使是道士，也应当清理出去。

道教最初与民间祠庙关系密切。禁断淫祀除了关乎哪些神仙是救护生灵的“真神”“真仙”之外，也是为了杜绝无良道士牟取暴利的途径。《抱

他们是仙吗?

笔仙、碟仙、狐仙……除了那些羽衣翩翩、逍遥天上人间的仙之外，这些“仙”也同样为人们所熟知。他们是仙吗?

五大仙：我欲成仙

东北、华北地区，流传着“五大仙”的信仰：胡仙、黄仙、白仙、柳仙和灰仙。他们的真实身份其实是五种动物：胡仙就是狐仙，是狐狸成精；黄仙是黄鼠狼；白仙是刺猬；柳仙是蛇；而灰仙则是老鼠。这哪里是“五大仙”，分明是“五大妖”。

的确，这些动物精怪在人们熟悉的故事中，大都是为祸人间的妖。那为何又把他们视作“仙”呢？这种看似错位的信仰，或许出于人们的自我保护意识。这些动物对农业生产具有较强的破坏力，人们以神仙的规格加以对待，希望通过祭祀表达的敬畏之情，能使这些妖由为祸一方变为造福一方。这样的心理，类似向黑恶势力缴纳保护费。

并不是所有的狐妖都能被视作狐仙。山东中部地区的狐仙信仰者认为，只有野生的雄性红色狐狸，才是狐仙。狐仙也有非常复杂的修炼过程。传说中，狐仙修炼千年，才能炼成内丹。如果在山间迷路，只要虔诚祈祷，狐仙就会出现，吐出内丹顶在头上，发光指路。而这样的善举，也会增加狐仙的道行，帮助狐仙真正完成从“妖”到“仙”的转换。

其余四大仙的情况也和狐仙类似，必须是特殊品种才能称为“仙”，也必须经过重重考验才能成仙。看来，想收点“保护费”，位列亦仙亦妖的“五大仙”之列，也不是那么容易。

笔仙：请来的是谁?

笔被握住不动，但却像是有某种神秘力量推动着它，依然可在纸上运动，划出的轨迹甚至是一种预言。按民间的说法，这种神秘力量就是“笔仙”，而“笔仙”则是鬼魂。请笔仙一般要在午夜时进行，因为那时阴气较重，鬼魂活动频繁，容易被“请”到。

“笔仙”源于古代流行的一种占卜民俗：扶乩（jī）降笔。也就是用一种仪式将神仙请来人间，在准备好的沙盘上写下乩诗。扶乩始于唐宋，在明清时成为文人间最为流行的活动。文人扶乩主要是以乩诗展示文采。

为何请笔仙时，笔能在纸上自行运动呢？北京同仁医院的医生曾给出过科学的解释：人要长时间保持一个姿势，需要不断克服地心引力，否则在引力的作用下，会向一侧倾倒。克服引力时人体肌肉不自觉地用力，导致了手部难以被察觉的生理移动。手动，于是笔动，“笔仙”就这样被请来了。与“笔仙”原理相同的“仙”还有“碟仙”。这样看来，“笔仙”和“碟仙”的真实身份既不是神仙，也不是鬼魂，而是地心引力。



朴子》中说:"俗所谓（道）率皆妖伪，转相诳惑，久而弥甚。既不能修疗病之术，又不能返其大迷，不务药石之救，惟专祝祭之谬。"更何况还存在杀生血食如此血腥残忍的行为。葛洪劝导修仙者:"祭祷之事无益也，当恃我之不可侵也，无恃鬼神之不侵我也。"重修身而轻祭祷，远离原始巫术的陋习。

唐武宗朝的道士赵归真，乃当时极有影响力的修仙者，但因替武宗炼丹失误，导致武宗意外身死，落得被杖杀的悲剧结果

操守三:不可以术媚上

为了长生不老，不少方士、道士得到了帝王家的青睐。北魏道教首领寇谦之，就在北魏太武帝年间登上了"帝师"之位。但修仙操守中却有一条:不应以道术媚上，求取权位。

唐朝道士申泰芝，曾云游南岳，遇九天真人授以金丹术，在莲荷山中炼丹悟道，可谓不能更"正"的修仙者了。开元二十六年（738年），他奉诏与玄宗会面，此后便开始走偏。玄宗称申泰芝为"仙翁"，赐号"大国师"，而他也和天师叶静能一起，用幻术带领唐玄宗"游月宫"。用这种有招摇撞骗之嫌的幻术，取悦皇帝，让不少人为之不齿。《新唐书》说:"妖人申泰芝用左道事李辅国，擢谏议大夫，置军邵、道二州间，以泰芝总之";"方士申泰芝以术得幸肃宗，遨游湖、衡间，以妖幻诡众，奸赃巨万。"从"仙翁"成了"妖人""方士"，真是一步走错，一落千丈。

当然，指摘申泰芝为"妖"的更多是士大夫。在科举制兴起的大背景下，道士们通过修仙法术轻易获得进阶之梯，这破坏了社会的公平。因此被妖化，也在所难免。不过，陷于权力漩涡，也很难得到善终。如唐武宗朝的道士赵归真，是当时极有影响力的修仙者，但因其替唐武宗炼丹失误，导致唐武宗意外身死，落得被杖杀的结果。又如宋徽宗朝道士林灵素，亦曾荣宠一时，但终因得罪太子和祷晴失败等事被治罪。

"媚上为妖"这一观念，暗含着世俗对道士们的些许敌意与警惕。但说到底，修仙者应以清净无为为上。修行有成的根本在于"志"，而不在于"富贵"。

《初刻拍案惊奇》卷十七开篇有言:"说这道家一教……那学了与民间祛妖除害的，便是正法;若是去为非作歹的，只叫得妖术……"《仙鉴》中得道者数百人，人人皆有不同的修行之法。然而在万变之中，亦有一条亘古绵延的正邪分野:修行者若心持正道，虽殊途亦可同归;若心怀邪念，纵使小有所成，终将万劫不复。

责任编辑/周玥
图片编辑/吴西羽
版式设计/杨东海

修仙就是成为完美的人

对于修仙，多数人心存疑惑。而全真教龙门派的马崇道道长对《中华遗产》说：其实，修仙也可以是一种实实在在的人生修行。

什么样的机缘让您选择出家修道？

我自幼生活在一个宗教家庭，从小身患顽疾，不由的早早就在思考生命的真实意义，我们生从何来，死往何处？带着这些疑问先是落发为僧，出家后肾病渐渐得以好转，但世事无常，在一次身体检查中又发现了甲状腺瘤，活检后为恶性。本想就此结束自己的生命，却因机缘让我接触了“道”。道教完善的生命科学、自我养生理论、人体自我修养的知识，让我从消极的人生轨迹转变为积极的面对生活，活在当下。

出家后有哪些修行的方式？这对您的生活有怎样的改变？

我们想象中的出家一般是不食人间烟火、断绝尘世间一切感情，实际并非如此。我们只是换了一种生活方式。出家和结婚是一样的，只是一般人是和喜欢的对象结婚，而出家则是和自己的信仰结婚。

我们的生活就是修行，每天早上5点起床早课、扫地、练功（全真派讲究性命双修，性功可以理解为定力，或者说身心的高度统一；命功包括行善积德，以及身体与精神的训练，比如我们每天练习的太极拳、八卦掌、形意拳、五行养生功、无极还童功等）、看书学习（包括道教经典、中医学书籍、其他宗教的经典等）、帮助善信排忧解难、做饭、晚课。这种生活看起来枯燥乏味，但很真实。经得起平淡岁月，用时间和经历磨掉自己的棱角，这就是修道，也是生活。出家后，家中父母姐姐改变也很大，由最初的极力反对到最后平静接受，再到后来姐姐每日研读《道德经》，他们夫妻也可以用“道”来化解生活中的矛盾。

您在修行中有过什么特殊的体验或心得？

真正的修行者，并不是到了不食人间烟火的时候才算达到修炼的高潮，恰恰相反，修到越留恋众生、眷恋世间万千生灵的时候，才可以说是有了质的提升。修行的本质，不是避世、脱离众生，而是通过修行摒弃不足，掌握更好的方法亲近社会、亲近众生，了解自然、了解众生，掌握世间万物产生、发展及消亡的规律，以此引导众生与自然社会发展相适应，为众生更好的生存、发展做指引。

道士可以结婚成家吗？

道教有两大流派——全真派和正一派，全真派要求出家修道，常住宫观庙宇，受持净戒，不能结婚。正一派可以在家修行，也可在宫观庙宇修行，可以成家结婚。



马崇道道长，是全真教龙门派弟子。上图中，马道长正在山中修行谈道。对于想要了解、学习道教文化的人，马道长推荐了一些书目：《道教百问》、《神仙传》、《七真传》、《道教三经》、《太上感应篇》等。
供图/从暮

在现代社会里，修仙还有意义吗？

首先我们要知道什么是“仙”。“仙”就是通过不断地完善自我、修炼自我，成为完美的人，并可舍小我而成就大我，普利世间一切众生。这才是“仙”的本质。无论社会如何发展，只有不断地完善自我，才有可能持续发展进步。所以，修仙对于当今社会非常有意义。

内丹学、性命双修等在今天仍然适用吗？

内丹学说的根本是“自然生命科学”，它是先民通过千百年不断的观察自然、体悟生命而总结出的一套与天地自然和谐统一的方法学说。性命双修就是内丹学说的核心所在，也是对唯心与唯物的完美结合。现代人不论内心与身体，普遍处于亚健康状态，内丹学是现代社会的一剂良药，它可以使我们获得身心的健康，也同时令社会更加和谐。随着科学不断发展，物理辩证、量子力学等更加完善了丹道修炼学说。现代人处于一个非常好的时期，和平时代，修炼成仙的几率也会更大。

您如何看待法术、符咒？

法是方法、术是技能。我们每个人都会法术，都有超能力，只是我们习以为常罢了。对于盲人而言，能看到这个世间那便是一种超能力；对于记忆力不好者，一目十行便是超能力。所以，法术就是通过特定的方法解决问题的一种技术。符是古人对于天地自然的一种文字记录，咒是对美好生活的某种祈盼，是阐述天地万物自然生灭的一种灵文、语言。

在深山修行和在城市里修行有何不同？

山中修养心性，城市修炼心性，两者之间要有一个次第，首先养性，再者修炼。在深山是把生活融入修行，在城市是把修行融入生活。

您到过的地方里，您认为哪里最有仙气？

我觉得网络上仙气最重。对于一个现代修道者来说，网络就是一个很好的修身养性、完善自我的道场。

仙山

走进仙人的时空

撰文／慕乔

『山不在高，有仙则名。』山里有缭绕的云雾，有神秘的洞府，有清澈的甘露。那里聚天地之灵气，集日月之精华，是令人向往的秘境。所以仙住在哪里？仙山之中。

龙虎山中仙意浓

修仙者认为，仙人居住的仙境，大都在人世间的名山之中。图为位于江西省鹰潭市东南的龙虎山，是道教正一派的祖庭，也是道教福地之一。正一道创始人、被后人称为“张天师”的张陵，曾在此山炼丹修仙。山清水秀、别有洞天的龙虎山，是人们心目中理想的仙境。

供图／视觉中国

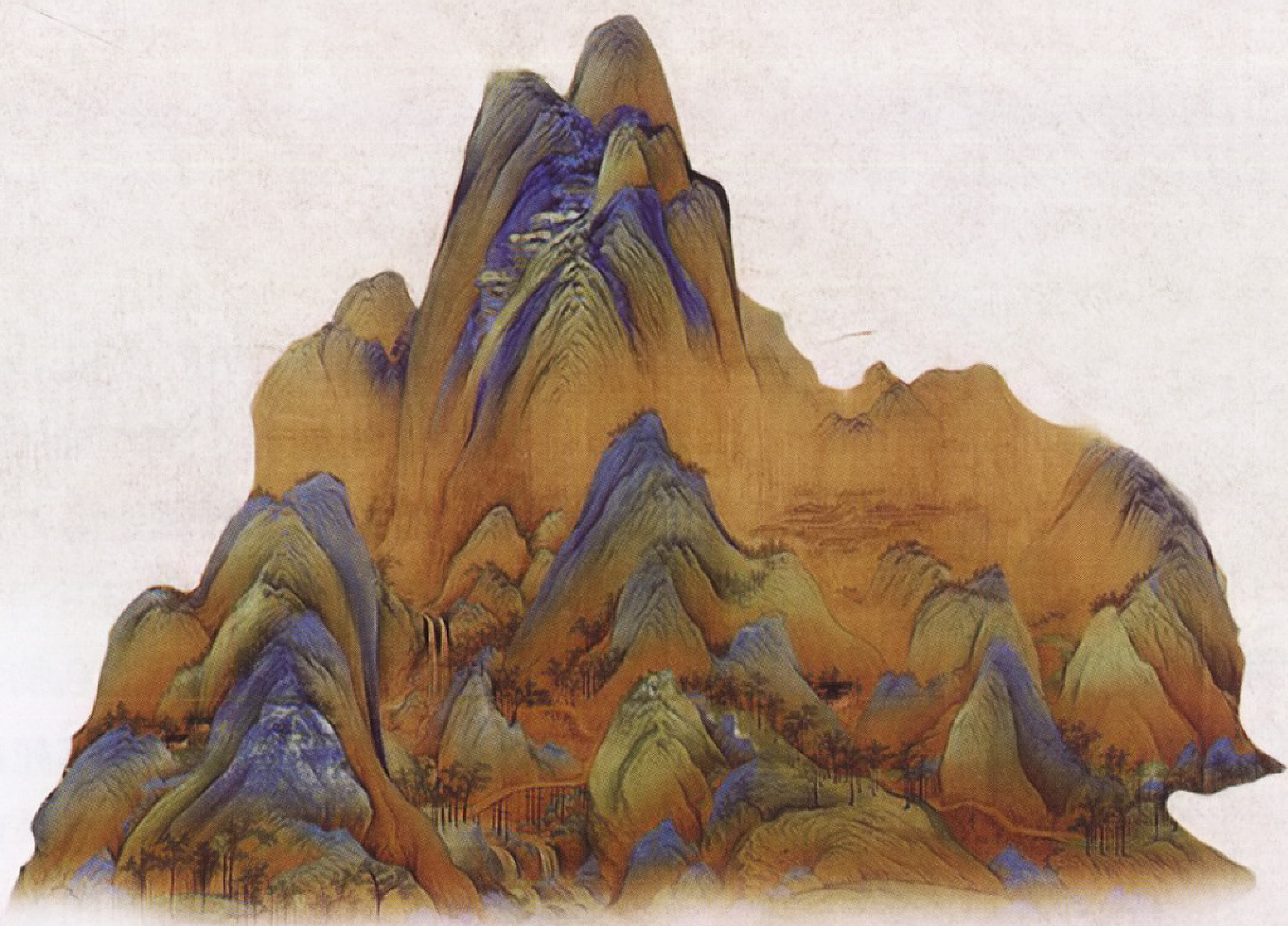




洞天福地分布概览图

道教仙境的行政区划中，有“洞天福地”之说。洞天福地大都在人间名山之中，是仙人生活、修行的场所，共有“十大洞天”“三十六小洞天”和“七十二福地”，由不同等级的仙人所管治。此图即为根据唐代司马承祯和五代杜光庭总结的洞天福地系统所绘制的洞天福地位置地图。

洞天福地四问

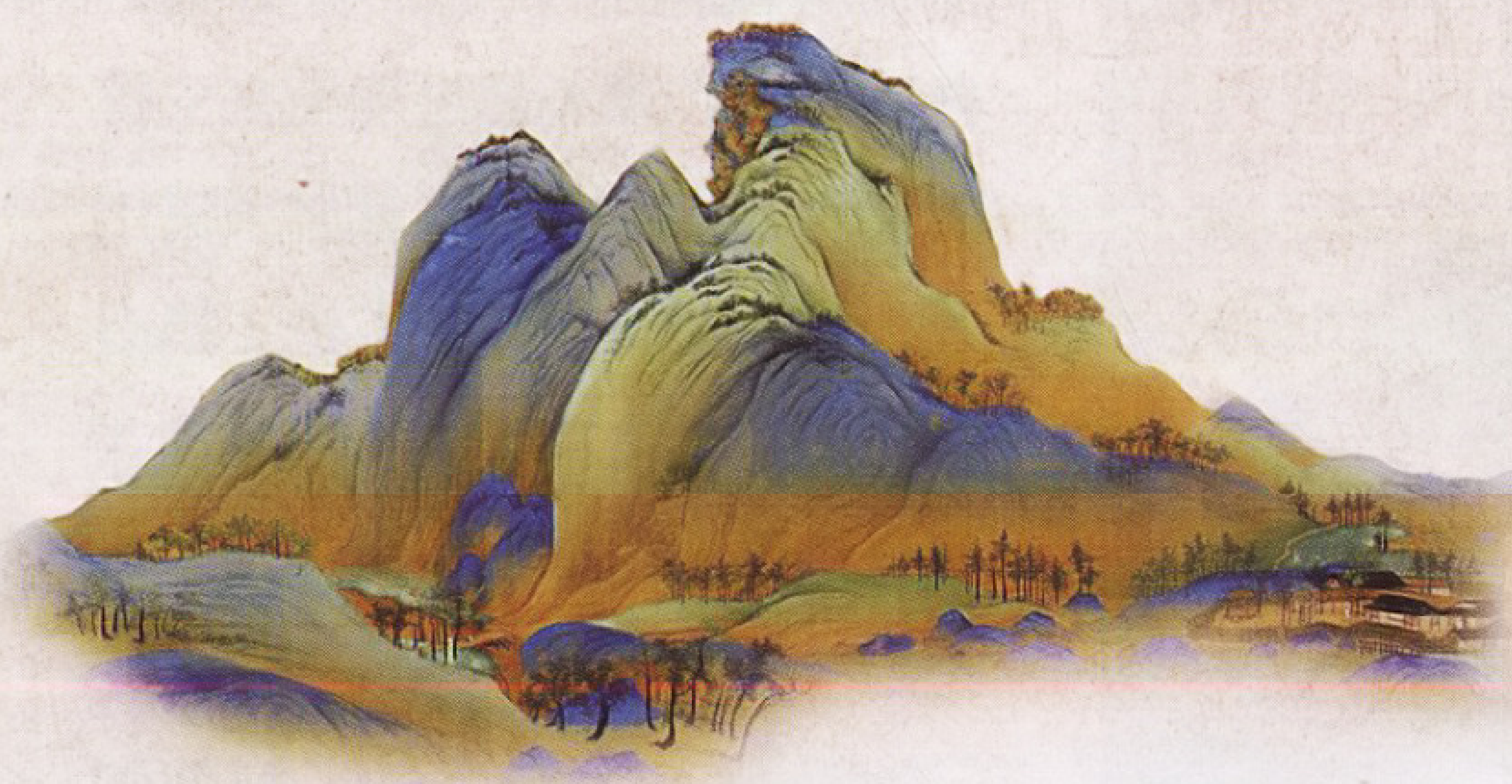


道教仙境的天有几重？

在北宋张君房编订的《云笈七签》中，道教仙境有“三十六天”：欲界六天、色界十八天、无色界四天；种民四天（四梵天）；三清天；大罗天。欲界、色界和无色界三界中的仙人每升一重天，可以增长九万岁，但不能长生，只有四梵天以上的仙人才是长生不死的真仙。三十六天在地上仙境的对应，就是三十六小洞天。

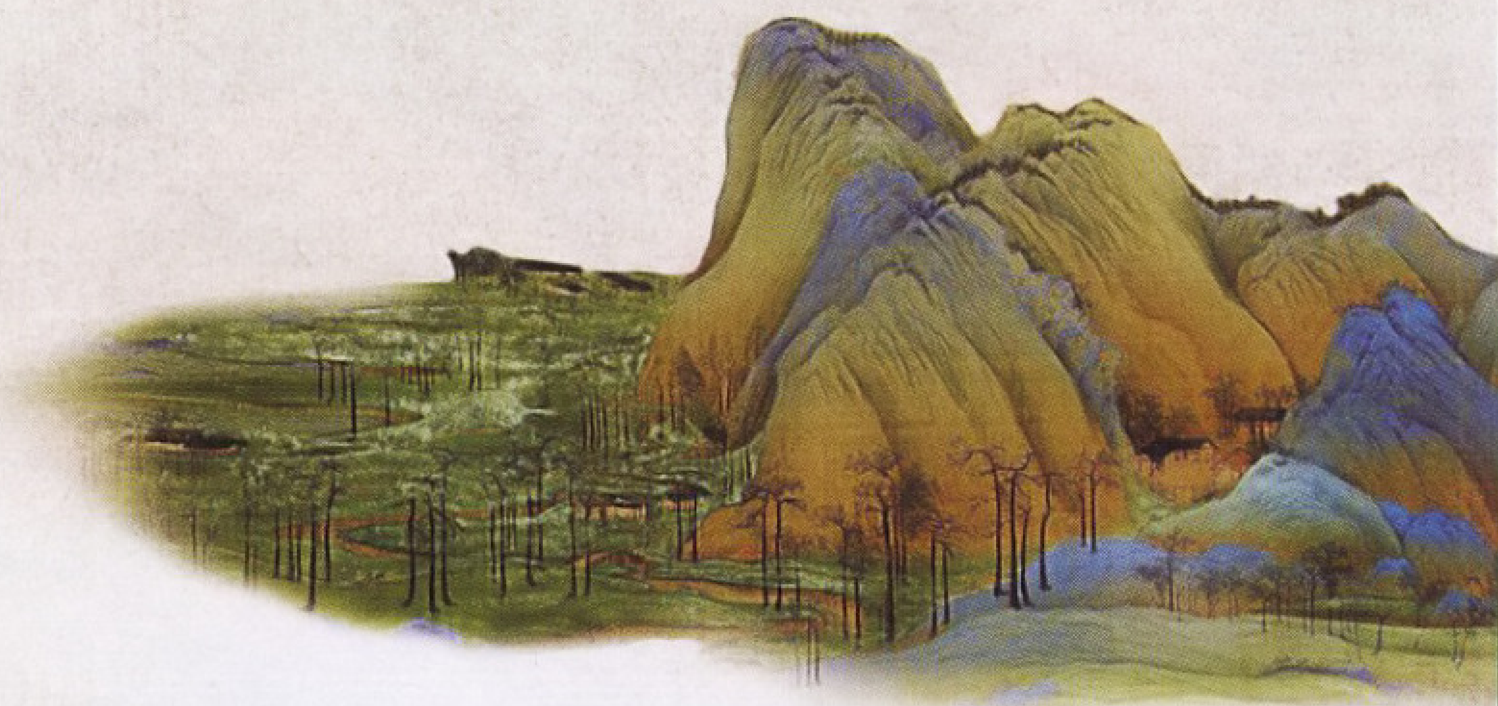
为何洞天福地分布集中？

洞天福地集中分布于几个地区：北方黄河流域主要分布在西安和洛阳周围；南方以长江中、下游最为密集，尤其是浙江地区。洞天福地系统在唐代发展成型，李唐王朝崇道，西安、洛阳为政治中心，道士时常往来，故而多在附近名山修仙。长江中下游地区丘陵山岭较多，且气候环境比北方更为温和，适宜隐居修道，因而是洞天福地最为集中的地区。



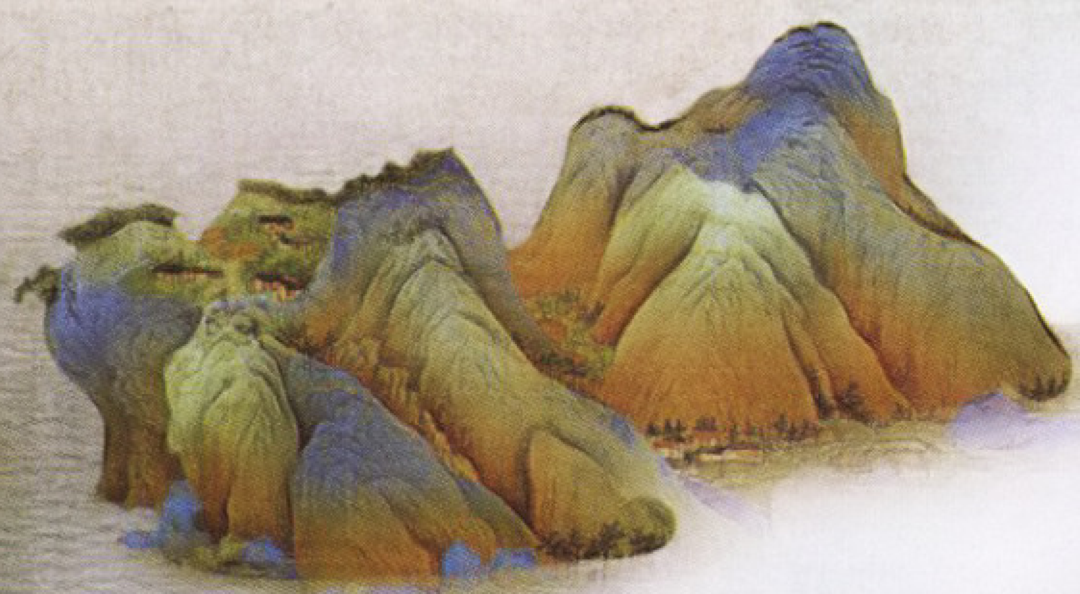
洞天福地是否都能找到？

洞天福地系统是唐到五代期间，由道教名家司马承祯和杜光庭提出并最终定型的。虽然大部分洞天福地都可以确定具体位置，但也有少部分所在不详。比如十大洞天中，西城山洞和西玄山洞的位置就不确定。经后人考证，西城山洞很可能在陕西紫柏山五云洞，而西玄山洞应该在北京门头沟西玄山桃花谷，两地皆有道教修仙遗存。位置不详的洞天福地，可能是地名变更的结果，也可能是存在于想象中的仙境。



“十洲三岛”和“洞天福地”仙人谁更强？

仙山除了洞天福地之外，还有茫茫海上的十洲三岛。十洲分布在东、西、南、北四海之中；三岛即秦时徐福寻访不死药的海中三神山——蓬莱、方丈和瀛洲。十洲三岛原本是散仙生活的仙境，散仙没有被纳入神仙谱系，地位低于管治洞天福地的仙官。但随着道教仙境体系的完善，十洲三岛也成为了地仙晋升为天仙的场所。于是，十洲三岛上的仙人地位，就高过了洞天福地。



仙人住在哪里？山里。最有力的证明就是，有“仙山”一词，但却从没听说仙海、仙河的。再看看“仙”这个字，人+山。东汉末年刘熙的名物学著作《释名》说：“老而不死曰仙。仙，迁也，迁入山也。故制其字，人旁作山也。”可见修仙，一定得进山才行。而仙山，也成了仙世界的代名词。仙山里，藏着的是另一个宇宙。

选一座山，开始修仙

东晋成帝咸和八年（333年），年过花甲的葛洪终于下定决心，将自己少年时学成的种种炼丹经验付诸实践，开启真正意义上的修仙之旅。而第一步，是找到一座山。

为什么是山？因为古人认为，山是沟通上天与人间的桥梁。山的高耸入云，在古人眼里便是通天的证明。商周时，甚至有“天在山中”的说法。西汉刘安的《淮南子》中，有擎天之柱不周山。连天都是靠山来支撑的，想要接近上天，就必须进山才行。而在《山海经》中，具有灵异的神不住在天上，而是住在昆仑山中。山和天，在某种意义上划上了等号。

没有人比葛洪更了解仙和山之间的紧密关系了。十六岁时，葛洪背井离乡，登上了在今天安徽庐江的马迹山。不是为了游历山水，而是为了拜师。马迹山中，隐居着一位神仙般的人物——郑隐。年过八旬的郑隐曾经是葛洪的叔伯祖父葛玄的学生，葛玄人称葛仙翁，颇有神通，而郑隐学成之后，不仅能日行百里健步如飞，而且可以返老还童。葛洪准备向郑隐学习的，正是他的仙术。

马迹山见证了葛洪修仙道路的开启。作为郑隐最成功的弟子，葛洪在数年之间，遍览了郑隐收藏的各种道家经典，

绘出心中仙山景

仙山是地上仙境，景色优美，四季如春，令人向往。下图为台北故宫博物院藏元代画家陆天游所绘《仙山楼观图》。画中崇山叠翠，溪水环绕，楼观错落，营造出超然优美的气氛，正是画家心目中的仙境。

供图 / FOTOE



习得了炼制金丹的绝学。而山中白云缭绕、溪水潺潺的清幽景象，也给葛洪留下了深刻的印象。嗯，所谓仙境，理应如此。

后来，郑隐带着弟子们离开马迹山，前往霍山，葛洪没有同行。但他知道，师父又去了括苍山，并从此仙游，难觅踪迹。师父是人间的仙，葛洪不曾质疑，而作为师父一生修道归宿的一座座名山，也成为了葛洪心目中的圣地。他在《抱朴子》中写道:"中士游于名山，谓之地仙。"不知葛洪写下这样的句子时，有没有想起师父在山路上穿行的模样。

葛洪的修仙理论中，格外看重名山。他说，炼制金丹，应当"入名山，绝人事"(这与刘禹锡的名句"山不在高，有仙则名"很像矛与盾)。名山是由天地灵气凝结而成的，而"气"在两汉开始流行的天人感应理论中，是天、地、人之间发生通感的基础。山中之气可以帮助人更好的和天相感应。而且，山中富含着可供炼丹的矿物和植物，还有修仙所需的真经。"诸名山五岳，皆有此书，但藏之于石室幽隐之地，应得道者，入山精思之，则山神自开山，令人见之。"只有能得道的人，才能看到山中的真经，这经文不是人力撰写的，而是自然生成的，是天人感应的结果。

自此，为何要入山修仙，有了结论：山中有通天的灵气、炼丹的原料、修炼的经文，三管齐下，何愁不能升仙？

葛洪选定的山，是远在交趾地区的勾漏山。那里最符合他的理论：交趾地区盛产丹砂，而勾漏山也属于他心目中灵气汇集的名山之一。为了能够顺利抵达勾漏山，葛洪甚至主动向晋成帝请求，前往当地担任地方官。在葛洪的计划中，勾漏山将会是他人生旅程的最后一站。炼丹，服食，升仙。他在《抱朴子》中反复研究的理论是否有效，也将在这座山中得到证明。

然而，葛洪还是错过了勾漏山。当葛洪一路南下经过广州时，和刺史邓岳的会面令他停下了脚步。据说，是邓岳的苦苦挽留打动了葛洪，令他决定舍弃勾漏山，留在广州当地的名山罗浮山修炼。山虽然换了一座，但葛洪还是如愿过上了期待中的修仙生活。《晋书》中说，葛洪"在山积年，优游闲养，著述不辍"。至于他心心念念的丹药究竟炼成了没有？只有他自己清楚。

"当远行寻师，克期便发。"一直和葛洪有书信往来的邓岳，读到葛洪这句话后，慌忙驱车前往罗浮山。但还是迟了一步。葛洪并没有离开，只是端坐在山间，呼吸全无。这时，葛洪整整八十一岁了。邓岳发现，葛洪



仙也在人间

坡仙·苏轼

仙人超越了时间和空间的局限，因此对生命的认知也高于一般人。苏轼一生仕途坎坷，但在逆境中仍然保持积极的生活态度，随缘自适，乐观豁达潇洒，获得了哲学意义上的解脱，被称为"坡仙"。



隐居修仙在终南

终南山是道教名山，被誉为“仙都”，自古以来就吸引了无数修仙者在山中隐居，炼丹修行。上图为隐居者在山崖上打坐修行的场景（供图／视觉中国）。右页图为台北故宫博物院藏《刘海戏金蟾》图，刘海是在终南山中得道的道教仙人。

的面色和生前一样，身体也没有僵硬的迹象，殓入棺材后，只觉棺材轻得如同只有衣服没有尸体一般。联想起葛洪留给自己的那句遗言，邓岳相信，葛洪一定已经升仙，追随仙师郑隐，往名山中游历去了。

洞天福地谁排出？

葛洪心目中的名山，是炼丹升仙的绝妙场所，也是地仙云游的奇幻世界，但主管名山的，是山神：“山无大小，皆有神灵，山大则神大，山小即神小也。”修仙者想要看到名山中的真经，得依靠山神开山。而一旦修成，“天灵地祇，皆可接见，山川之神，皆可使役”，山神就从主导者变成仙的奴仆了。以陶弘景为代表的后学者又进一步阐发了葛洪的理论：既然真仙可以使役山神，那么名山的



天下第一福地是终南山吗?

位于陕西省西安市长安县的终南山，历来被誉为“天下第一福地”。然而，在唐人司马承祯笔下，第一福地“地肺山”位于“江宁府句容县界”，而五代的杜光庭更直接认定其为茅山。终南山难道是假的“洞天福地”吗?

终南山作为道教发祥地之一，各路仙人在此飞升云游的故事屡见不鲜。东晋葛洪在《抱朴子》中，将其列为适宜修仙的名山之一。司马承祯认为，十大洞天中未详所在的西城山洞，很有可能就是终南山。由此可见，虽然没有被明确地列入洞天福地体系，终南山仍是当之无愧的人间仙境。

唐代地理学专著《括地志》曰：“终南山，一名地肺山。”地肺山也是终南山的别名之一，加上终南山中发生的无数仙话故事，人们视其为“天下第一福地”就不足为奇了。当前仆后继的修行者们都将终南山视作修仙圣地时，它在不在洞天福地系统当中，又有什么关系呢?



真正管理者，就应当是仙。这就衍生出了道教的群仙世界：“洞天福地”。

陶弘景是较早给人世间的名山冠以“三十六洞天”概念的。他可谓是一个不折不扣的排名爱好者，在《真灵位业图》中，他综合了各种道教文献，把神仙分为天界、地界和冥界三界一共七个层次，后天修成的仙和先天的神灵，被整合在了一起，构成了一个较为完整的神仙谱系。

陶弘景整理神仙谱系的目的，其实是为了巩固他所属的道教上清派理论，以三清尊神——元始天尊、灵宝天尊、道德天尊，来抗衡天师道中太上老君的主神地位。然而，经过陶弘景的整理，原本因脱离神灵体系的主宰而自由自在的仙，也加入了神界。他们自然要和

先天神一样，有较为固定的居所和统治范围。“洞天”，就是仙的“辖区”。

陶弘景只是在《真诰》中说：“大天之内有地中之洞天三十六所。”除了第八洞天是句曲山洞外，并没有具体列出全部三十六所的名字来。看来，“三十六洞天”在当时还只是一个比较空洞的概念而已。直到盛唐时，人称白云先生的道教名家司马承祯才在《天地宫府图》中，详细地罗列出了十大洞天、三十六小洞天和七十二福地。而晚唐五代的杜光庭，又调整修改了司马承祯的“洞天福地”，这才令“洞天福地”的次序得到了公认。

宋代修仙宝典《云笈七签》说，洞天福地都在“大地名山之间”，各有仙人管治：十大洞天的是可以统率群仙的“高真上仙”；三十六小洞天是一般“上仙”；七十二福地则是上帝派遣的得道“真人”。

“洞天福地”四个字，乍一看和山一点关系也没有，其实不然。不妨看看道教经典《太上洞玄灵宝天尊说救苦妙经注解》里怎么说：“洞者通也，上通于天，下通于地，中有神仙，幽相化来。”山中多洞，这些山洞便被认为是神仙与天地沟通的地方。而福地呢？顾名思义，就是得福之地。福地并不拘泥于名山本身，山中的溪水、丹井、法坛之类，只要有修道者在此飞升，都可以是福地。这么说来，“洞天福地”岂不就是人间仙境的行政区划吗？

其实，仙境的行政区划始于东汉末年。五斗米道的教主张鲁在汉中地区实行了“二十四治”，将其所统治的地区划分为二十四个教区，每个教区都有神灵治理。后来，二十四治又





洞中有天地

道教仙境独有的行政区划“洞天”，是指山中的洞室。修仙者认为，每一个洞天都是一个不同于现实世界的独立宇宙空间，可以沟通天庭，并与其他名山洞天相连。右图为华山上的聚仙台山洞，洞外有各种与修仙相关的题刻（摄影／陈团结）。华山是第四小洞天，著名的道教仙人陈抟老祖（上图，供图／FOTOE）就是在华山上修成正果的。

扩展为二十八治，对应天上的二十八星宿。由人来划分并在现实世界实行的二十四治，就是张鲁建立的人间仙境体系。

其实，这个体系是和东汉王朝的统治基础——郡县区划相抗衡的产物。张鲁的五斗米道被剿灭后，二十四治的说法却并没有被道教理论家们所放弃，只是他们赋予了二十四治更多的神秘色彩，彻底地将其变为专属于神仙世界的区划。

学者葛兆光说："经过六朝到唐代，道教发生了相当重要的变化。首先，半军事化半行政化的，容易与世俗皇权形成对抗的'治'逐渐消失了，道教教团的地域分布由实际区域的'治'变成想像的'洞天福地'。这样，与国家控制民众欲望的冲突也就日益消解。"司马承祯、杜光庭等人如此热衷于"洞天福地"的构建，也是为了化解宗教与皇权之间的冲突，将道教的神仙世界，彻底限定在异次元——一个完全虚拟的空间当中。

司马承祯、杜光庭等人如此热衷于"洞天福地"的构建，也是为了化解宗教与皇权之间的冲突，将道教的神仙世界，彻底限定在异次元

在成熟的"洞天福地"系统中，罗浮山洞位列第七大洞天，而葛洪原先选定的勾漏山，是三十六小洞天当中排行第二十二位的"句漏山洞"。正因为"洞天福地"是修道者"创造"出来的仙山世界，在排名时，难免会体现出修道者的主观意愿了。罗浮山之所以名列前茅，显然和葛洪在修道者心目中的崇高地位分不开。这也是"有仙则名"的明证。

神仙世界的完整行政区划包括三十六天、三十六地、十洲三岛、十大洞天、三十六小洞天、七十二福地、十八水府、二十四治、三十六靖庐。其中最为亲民的无疑就是这"大地名山之间"、专门由仙居住并管理的"洞天福地"了。可以这么说，洞天福地是仙的世界，而四海之内的名山，则是洞天福地在人间的存在形式，仙界和人间巧妙地以山为纽带连在了一起。

洞天交通网，比高铁更快捷！

嵩山在三十六小洞天中名列第六，由仙人邓云山管治。五代笔记小说《仙传拾遗》中说，嵩山的山北有一个巨大的洞穴，深浅莫测。晋代人嵩山叟，和朋友在洞穴边游玩时，不小心掉了下去。幸运的是，嵩山叟



仙也在人间

兵仙·韩信

"韩信点兵，多多益善。"中国历史上良将甚多，而能够被称为"兵仙"且得到公认的，只有韩信一人。韩信用兵常有出人意料之举，比如"背水一战"，完全违背传统，按照《史记》中的说法："赵军望见而大笑。"但这些富有创造性的作战方式，都取得了良好的效果，成为新的战术。正是他的创造性带给他"兵仙"的美誉。



天台山遇仙

仙山中的时间流速比人间要慢，这也是仙人能长生的原因。传说东汉采药人刘晨和阮肇曾在天台山遇仙，等两人回到家乡后，人间已过千年。上图为美国大都会艺术博物馆藏元代画家赵苍云所绘《刘晨阮肇入天台山图卷》（局部），画中仙人们张席奏乐，与刘晨和阮肇欢度一宵。

供图 / FOTOE

并没有摔死。他发现，这洞穴深处又有通道，延绵不绝，似乎没有尽头。嵩山叟决定沿着洞穴继续往里走，期待能找到另一端的出口。

正当嵩山叟濒临绝望时，他突然发现，虽然周围还是石壁，不见日月，但前方的路越来越宽敞，也越来越明亮了，路边竟然还出现了一间草屋。嵩山叟从窗口望去，只见屋子里有两个人，正在下棋，而棋盘边上，摆着几杯白水。他连忙走进草屋讨水喝。

喝完水，嵩山叟觉得一下子增长了十倍的气力，回家的念头也坚定起来。他拒绝了下棋人的挽留，执意要走出洞穴。下棋人告诉他："从这里再往西走，有一口大井，井里有很多怪物，但不用怕，他们不会伤害你。你想回家，就跳进井里，自然就会找到路出去的。要是饿了，就吃井里的东西。"

嵩山叟按照指示，跳入井中。井里那些张牙舞爪的蛟龙，见到嵩山叟靠近，都主动避开了道路。而井壁上看似污浊的青泥，吃在嘴里无比香美，足够让嵩山叟一路走到井的另一头。当嵩山叟终于重见天日后，他发现自己踏上的土地竟是远隔万里的四川青城山。见多识广的《博物志》作者张华听了嵩山叟的经历，推测下棋人是仙人——"仙馆丈夫"，白水是玉浆，青泥则是龙穴石髓。从第六小洞天误入仙境，从第五大洞天重回人间。这条回家之路，让嵩山叟无意中窥见了仙山世界里的空间秘密。

后来嵩山叟想再次前往山洞探险，却迷了路，"不知所之"。在唐代类书《艺文类聚》中，有一段《仙经》中关于嵩山洞天的描绘："嵩高山（嵩山）东南大崖下石孔，方圆一丈；西方北入五六里，有大室，高三十丈，周圆三百步，自然明烛，相见如日月无异。中有十六仙人，云月光童子，常在天台，时亦往来此中，人非有道，不得望见。"进入嵩山



洞天的"洞"沟通的不只是天与人，也是各个洞天福地。走入洞中，就如同进入了四通八达的洞天福地交通网，想去哪里都可以

神仙世界的石洞位置，从山北转移到了东南山崖下，怪不得嵩山叟扑了个空。这在仙山世界里是可以讲得通的：仙境入口并非固定地点，只有有缘人才能进入。

《仙经》里，嵩山洞天仍旧有石洞，洞穴深处，藏着如同日月一般明亮的另一个世界。只不过"仙馆丈夫"们下棋的小草屋变成了周围三百步、居住了十六位仙人的石室而已。按说，石洞里的石室，与世隔绝，应该黑黢黢不见五指才对，但"如日月无异"的光照条件，却是所有仙山洞天中的"标配"。《仙经》中，让洞天如此明亮的是"明烛"，而陶弘景在《真诰》中描绘的更为玄妙："其内有阴晖夜光，日精之根，照此空内，明并日月矣。阴晖主夜，日精主昼，形如日月之圆，飞在玄空之中。"洞天里另有日月，也就是白天的"日精"和夜晚的"阴晖"。它们运行在仙山世界的天——玄空之上，和人间的日月一样，是世界存在的保障。

《仙经》里说，常在浙江天台山的月光童子不时往来嵩山洞天，让人想到嵩山叟从嵩山到青城山的那段旅程。在人间的地图上，山都是各自独立的，即使位置接近，想要从一座山到另一座山，也需要花费些时间。但在仙人的世界里，仙山是相互通达的。秘密就在"洞"中。洞天的"洞"沟通的不只是天与人，也是各个洞天福地。走入洞中，就如同进入了四通八达的洞天福地交通网，想去哪里都可以。"仙馆丈夫"指点嵩山叟跳入的井洞，无疑是嵩山和青城山之间的"高铁轨道"。

嵩山上的仙山空间已经足够曼妙，但这并不是极致。更加神秘的仙山还有很多，而且不因为现实中山峦的位置、大小而影响它们在仙山世界的地位。位于江苏的茅山，在世人眼中或许不如中岳嵩山高大雄壮，却拥有着十大洞天之一的句曲山洞。句曲洞天的管理者是《西游记》中赠送毒刺霞衣



仙也在人间

酒仙・刘伶

刘伶是魏晋时期的竹林七贤之一，喜好玄学，追求自由，而且一生嗜酒如命。据说他常常坐着鹿车，带上一壶酒，车走到哪里都不会停杯。他还让人扛着锹跟着鹿车，说："如果我醉死了，那就把我就地埋了吧。"刘伶已然置死生于度外，如同仙人一样，**超脱了生与死**，故为"酒仙"。

给朱紫国王后的紫阳真人，具有一定仙界地位，而且这里还是三茅真君茅盈、茅固和茅衷成仙的地方，三人时常故地重游。这么多上仙在此驻足，句曲山洞的空间自然要比嵩山更宽阔，交通也得更发达。在句曲山洞内，仙人的活动场所是一座方圆数百丈的“金坛”，嵩山那不过三百步的石屋和它相较，真可谓小巫见大巫。陶弘景说，句曲山洞“东通林屋，北通岱宗，西通峨眉，南通罗浮，皆大道也”。和句曲山洞相连的林屋山、罗浮山都是大洞天，而岱宗泰山和峨眉山，则是排名靠前的小洞天。句曲山洞到其他洞天都是“大道”，仙人们往来也就十分方便了。

仙山里的时间简史

宇宙的秘密，在于时间和空间。既然仙山世界有自己的空间体系，洞天勾连，福地相通。那是否也存在自己的时间体系呢？答案是肯定的。仙山内外，时间的流速，截然不同。进入仙山世界，就如同踏入时间黑洞。“洞中方七日，世上已千年。”诗句说的半点不差。

南朝的笔记小说《述异记》中，有一则家喻户晓的故事：“信安郡石室山，晋时王质伐木至，见童子数人棋而歌，质因听之。童子以一物与质，如枣核，质含之而不觉饥。俄顷，童子谓曰：‘何不去？’质起视，斧柯尽烂。既归，无复时人。”晋朝的砍柴小哥王质无意中闯入了仙人的洞天。在那里一盘棋的



仙也在人间

诗仙·李白

李白性格**浪漫**，诗风自由豪迈，充满**理想主义和自由色彩**，且一生慕仙求道，与仙结缘，被称为“谪仙”“诗仙”。故杜甫写诗赞曰：“昔年有狂客，号尔谪仙人。笔落惊风雨，诗成泣鬼神。”能写出泣鬼神的诗，岂能不是仙？





诗意更增仙意

仙山中发生过许多奇幻而浪漫的求仙故事，也留下了古往今来文人墨客的游仙诗篇。左图为浙江天姥山，是道教七十二福地之一，云雾缭绕，仙意十足（摄影/吕跃斌）。上图为傅抱石所绘李白像（供图/FOTOE），李白人称诗仙，撰写过许多游仙诗。他的《梦游天姥吟留别》，以充满浪漫想象的诗句，为天姥山增加了一份神秘感。

时间，人世间已经沧海桑田，转眼数百年。王质吃下的仙果，让他可以适应仙境的时间模式，但斧子仍旧处于人间时间，“斧柯尽烂”。这个时间黑洞的冲击力实在够强，甚至连石室山都因此改名。当它以第三十福地的地位出现在司马承祯的《天地宫府图》中，已经名叫“烂柯山”了。

被仙山时间黑洞所迷惑的人，不止王质一个。传说汉明帝永平五年（62年），因在天台山采药迷路而遇仙的刘晨和阮肇，也有类似的奇遇。两人邂逅了美丽又温柔的女仙，缱绻缠绵了半年后，回到家乡，却只找到了看上去比自己还老许多的七世子孙。

可见，仙山中有时间流速明显变缓的设定，这也是仙人能“长生”的根本缘故。修仙者们前仆后继地走进名山，潜心修炼，也是为了体验仙山时间，在异次元寻得生命的更大延展空间。

翻检各式各样的仙话故事，会发现一个秘密，仙山世界可遇而不可求。于是最著名的访仙达人李白，尽管“十五游神仙”，“一生好入名山游”，遇仙也都只是在梦中：“忽魂悸以魄动，恍惊起而长嗟。”

好在那些个洞天福地，还都在人世间。那么，访名山、看云海、听松涛、观峭壁、饮清泉，再读上一篇想象力纵横驰骋的游仙诗篇，也可谓如临仙境了。

责任编辑/周玥
图片编辑/吴西羽
版式设计/杨东海

仙人为何总有一把剑在手？

撰文／一勾

仙的法器千奇百怪，而最有仙气的仙器，莫过于一口斩妖除魔、变化无穷的『大宝剑』。

练剑成仙

剑是一种有灵气、有意识的兵器，剑术中包含了修仙者孜孜以求的无上之“道”。仙人通常喜欢在深山幽谷中修行，练剑也是如此。山中生活清心寡欲、条件艰苦，看似人在练剑，其实也是剑在炼人。一旦练成，便可御剑出山，仙游四海。

摄影／从暮



会唱歌的“大宝剑”

剑，原和刀、枪、棍、棒一样，只是一件普通的兵器。它是怎样演变成“仙器”的呢？

剑和其他兵器最大的不同之处，大概就是它出众的颜值。外形挺拔、刚中带柔，且轻捷灵动、携带方便，使它圈粉无数，成为古代最普及的兵器之一。不光打仗时有很强的实战性，在平日生活中也不失为一件酷炫的配饰。

唐代类书《初学记·武部·剑》记载了佩剑的古制：“古者天子二十而冠，带剑；诸侯三十而冠，带剑；大夫四十而冠，带剑。”此外，庶人有事可以带剑，无事不得带剑。剑与冠一样，俨然成了权力和礼制的象征。到了春秋战国时代，佩剑变得更普遍，武士、文人都随身佩剑。比如屈原就写有“带长铗之陆离兮，冠切云之崔嵬”的诗句，以长剑比喻自己正直高洁、不同流合污的品行。

在世俗世界里，知名度最高的剑莫过于上斩昏君，下斩奸臣的“尚方宝剑”了。“尚方”是什么意思？秦汉时期，“尚方”是皇宫里专门掌管皇室衣、食、住、行等用具的部门。“尚方”所制的宝剑，锋利无比，可以一剑斩马，所以又被称为“斩马剑”。《汉书·朱云传》记载，汉成帝时期，丞相张禹贪赃枉法、侵占民田，敢言直谏的朱云当朝攻击张禹为佞臣，请求皇帝赐给他一把“尚方斩马剑”，用来诛杀张禹。结果，皇帝非但没有赐剑，反而要将朱云斩首。朱云死死抱住皇宫的栏杆不放，侍卫拖拽他时用力过猛，居然把栏杆扯断了。这就是“朱云折槛”典故的由来。自此直至宋明时期，“尚方宝剑”逐渐形成制度，被赋予了专断专杀、便宜行事的权力，在众多兵器中脱颖而出。

也就是从春秋战国开始，剑开始变得“邪乎”起来。随着冶炼技术的突飞猛进，先秦社会弥漫起一股好剑之风，一些旷古烁今的宝剑在这一时期纷纷出世，关于它们的传说也越来越离奇。

这一时期最杰出的铸剑师，是越国人欧冶子。约成书于东汉的吴越地方志《越绝书》记载，欧冶子“依天之精神，悉其技巧”，铸成了湛卢、纯钧、鱼肠、龙泉、太阿、工布、胜邪、巨阙等八柄神剑。越王勾践是宝剑发烧友，他曾邀请善于相剑之士薛烛鉴赏自己收藏的纯钧剑。勾践说：“有人想用两个有市之乡、两个千户之都、骏马千匹做交换，可否？”薛烛断言：“不可。造这把剑时，赤堇山崩塌、露出锡矿，若耶溪干涸、露出铜矿，雨神亲自洒扫，雷公击橐，蛟龙捧炉，天帝装炭……如今赤堇山已合，若耶溪深不可测，欧冶子已死，就算穷尽天下的财富也换不来这样一把宝剑。”

七百多年后，龙泉、太阿两剑重见天日。《晋书》记载，西晋名士张华观察到牛斗二星之间有紫气，命人在丰城（江西省丰城市）





腾空飞行

这大概是仙人最常用的飞行方式。根据东晋《神仙传》中的描述，仙人“耸身入云，无翅而飞”，直挺挺地站着就能起飞了。

乘鹤飞行

《列仙传》记载，周灵王太子王子乔好吹笙，随道士入深山修行，十余年后乘着白鹤出现在山巅，与家人告别后离去。

绘画／彭斯



御剑飞行

飞行，是仙人之剑的基本技能，不仅能飞剑杀敌，还能“载人飞行”。传说中八仙过海之时，吕洞宾就是御剑而行。



展翅飞行

自古以来，人们就渴望像飞鸟一样，在天空自由飞翔。仙人便具备了这个技能。《论衡·道虚篇》曰：“好道学仙，中生毛羽，终以飞升。”

的一处地下挖出了龙泉、太阿，紫气当晚就消失了。后来，两把剑被投入水中变成了两条长龙，“光彩照水，破浪惊沸”，想要潜水捞剑的人惊恐而返，两把宝剑从此不知所踪。

欧冶子的两个弟子干将、莫邪，也是不世出的铸剑大师。吴、越两国灭亡后，同样酷嗜宝剑的楚王将干将、莫邪收入麾下，命令他们铸造一把举世无双的宝剑。干将埋头苦干了几个月，却始终无法成功，眼看工期将近，大祸就要临头。莫邪听说，要用女子之身配炉神才能铸成，于是奋然自投炉中。只见风起云涌，炉火升腾，炉中炼成了雌雄二剑。干将忍痛将雌剑献给楚王，楚王十分满意，但诡异之事随之而来，宝剑常常在半夜发出悲鸣之声，闹得王宫里人心惶惶。王问群臣，有见多识广的回答说：“剑有雌雄，这是雌剑想念雄剑，所以夜鸣。”

这些“宝剑成精”的诡奇故事，大多流传于道教盛行的汉晋时期。而雌雄剑的说法，显然受到了道家阴阳思想的影响，并在后来的仙道小说里频频出现。比如八仙故事中吕洞宾使用的阴阳剑，《封神演义》中昆仑金仙太乙真人传授给弟子哪吒的阴阳剑等。受此影响，现代武侠中也常出现成

仙人的飞行方式

仙人生性逍遥自在，喜好四处遨游，最理想的交通方式莫过于飞行了。怎么飞？从古代文献、绘画中可以看到，仙人的飞行方式非常多样，有的凌空御风而行，有的驾云，有的乘鹤、鹿等灵兽，有的长着翅膀，飞行方式如同西方的天使。宝剑，也是仙人的交通工具之一，御剑而行，格外酷炫。

绘画／张云霏

侠秋瑾，渴望投身革命、杀敌报国，也写过“休言女子非英物，夜夜龙泉壁上鸣”的诗句。会唱歌的宝剑，就是这样充满灵气。

光是从价格看，也能看出剑的不同凡响。20世纪30年代出土的居延汉简记载，汉代一口普通的剑，价值在六七百文钱，而一口一尺二寸长的短刀只值30文，比剑便宜很多。若是前世流传的宝剑，价值可达“百金”，可见时人对剑的崇尚。所以，下到世俗世界的君王、将军、文人才子，上到天界仙人，都要背一把宝剑，才显得卓尔不群。若是扛一把长矛、拖一把大刀，就不大像样了。



剑的仙化

春秋时期，铸剑大师干将、莫邪为楚王铸剑而丧命，其子继承宝剑，立志复仇。他以自己的人头奉于剑客，请他代刺楚王。剑客见到楚王，将人头放在鼎里煮了三天三夜不烂，楚王亲到鼎边查看，剑客趁机斩下楚王之首（上图，绘画/张云霏），然后自刎，三颗人头在鼎里相互扑咬至稀烂。一把宝剑，凝聚了五条人命。剑，被赋予了正义、英勇的人格化特征，甚至能通晓人情、判别善恶。自古以来，人们用利剑来行刺、复仇，出现了很多可歌可泣的故事。右页图为古代剑客决斗场景复原图（摄影/DY-逗爷PHOTO）。

对的宝剑，如还珠楼主的《蜀山剑侠传》中，有一雄一雌的青索剑和紫郢剑，合称紫青宝剑，威力至大。金庸的《神雕侠侣》中则有君子剑和淑女剑，分别属于主角杨过和小龙女。

宝剑夜鸣的题材，也在后世的文学作品中流传深远。道教认为自然万物皆有灵性，而宝剑经过淬炼，凝聚了天地的精华，因此宝剑是有生命的。不仅会因为雌雄分离、相互思念而悲鸣，还能感知主人的喜怒哀乐，发出慷慨激越之声。比如晚年的陆游，眼看恢复大宋国土无望，壮志未酬，遂有“国仇未报壮士老，匣中宝剑夜有声”的诗句。胸怀大志的鉴湖女

人剑真能合一？

剑术的最高境界是什么？估计看过武侠小说的人都会脱口而出：“人剑合一。”在古龙的小说《陆小凤传奇》中，作者用少有的重笔描述了白云城主叶孤城的绝招——天外飞仙：

> 叶孤城的人与剑似已合二为一，剑光如匹练如飞虹，直刺了过去，剑光辉煌而迅急，没有变化，甚至连后着都没有，将全身的功力都溶入这一剑中，没有变化有时也正是最好的变化……没有人能形容这一剑的灿烂和辉煌，也没有人能形容这一剑的速度，那已不仅是一柄剑，而是雷神的震怒，闪电的一击。

这样的剑术，的确是出神入化，不可思议。叶孤城的宝剑“飞





仙家法器

随着剑的仙化，剑不再只是战斗用的兵器，而是成了施展法术时的重要法器。上图为法国人亨利·杜雷著《中国迷信探析》中的王侍宸像，王侍宸是宋代高道，传说他曾仗剑登坛做法，顷刻风雷大作，天地晦暝。图中的王侍宸正在用剑施法，令黄河水位上涨。右页图为河北蔚县一处清代戏台上的壁画，表现的是《封神演义》中姜子牙大战三霄的场景（供图／朱子浩），双方正在用宝剑激烈斗法。

虹”，被赋予了自信、勇猛的人格化品质，在与西门吹雪的决战中迸发出惊世骇俗之美。但剑毕竟是坚硬冰冷的铁片——无机物，而人是血肉之躯——有机物，二者如何能合而为一？

这不是小说家的凭空想象，中国的剑，自古就有“人剑合一”的光荣传统。秘密藏在神秘的修仙术中。

成仙的方式中，有一种神奇的“尸解仙”。“尸解”是什么意思？自然界有一些神奇的“死而复生”的现象，比如龟之解甲、蝉之脱壳、蛇之蜕皮、鹿之堕角，修仙者看在眼里，于是想象人也能通过修炼脱去形体、得到长生。依此修行成功的人，尸体往往化作一物，自身则消失无踪。

比如汉代的方士李少君，以道术深受汉武帝的崇信。在《抱朴子》的记载中，李少君将死之时，汉武帝梦见与他同登嵩山，在半山腰上遇到乘龙的仙使，在云中呼唤少君。汉武帝醒后数日，李少君果然病死了。后来，汉武帝命人掘开他的坟墓，里面没有尸体，只有一套衣冠。《后汉书·方术列传》中的费长房，跟随仙人出世修炼时，怕家里人放不下，于是仙人赠他一支竹杖，让他悬在自家屋后。家人看了，以为是费长房自缢而死，于是将他敛尸下葬。十余年后，费长房学成，活生生地回到家里，家人惊讶得不敢相信。费长房当众掘开坟冢、剖开棺木，里面果然只有一根竹杖。

在文献记载中，尸解者的寄存物五花八门，有衣冠、剑、书籍、丝履、竹杖等等。而根据一些教派的观点，剑解是最“高级”的一种尸解法。大约成书于西汉的《列仙传》中，记载了十余个尸解成仙的案例，其中德高望重的上古大仙黄帝，就采用了剑解的方式：黄帝自己选择了死期，与群臣从容话别，死后葬在桥山，桥山竟为之崩塌。众人前往探视，发现柩中无尸，只有黄帝的剑和鞋子。宋代道书《云笈七签》中，上古五帝之一的帝喾也曾修炼道法，能游行于日月星辰之间，死后埋葬在渤



海山。大约500年后，有人挖开他的坟墓，发现墓室空空，只有一把宝剑，发出阵阵龙吟虎啸之声，没有人敢靠近。不久，这把宝剑也不知去向了。

剑解，寄托了古人长生不死的浪漫理想，而宝剑在从人到仙的蜕变过程中与主人合为一体，起到了关键的作用。宋代的百科全书《太平御览》，非常难能可贵地记录了剑解的具体操作方式：首先，要沐浴斋戒，选一个黄道吉日，铸造一把长三尺九寸的精良利剑。铸成后，要放在床上的被褥里，与它"同居"，培养感情。准备尸解时，先谎称自己得了重病，然后抱剑而卧，用唾液吞下一粒大丹，口含一粒小丹，暗暗地呼唤宝剑的名字。接着闭目咽气九十次，就会看见仙人以天马来到榻前迎接，上马后，床上的剑已化作自己的尸体。

随着求仙者的增加，剑解的范围也有所扩大，到了后来，连嵇康这样被刀剑斩首的文人义士也被认为是剑解成仙了。于是，一些盲目的修炼者，不惜以剑自残、自杀求仙，与仙家珍惜生命、追求永生的目的南辕北辙。在汉晋时期的道教著作《太清金液神丹经》中，有人问仙人阴君："用刀刃尸解，就是自残吗？"阴君亲自出面辟谣："绝对不是。以刀剑尸解，意思是用刀剑代替人身，躺在棺材里而已。目的是断绝子孙的悼念，斩断世俗人情。"

奇妙的"剑解"，给后世的剑客和小说家提供了无穷的想象空间。不过，看似虚妄的"人剑合一"，若放回到具体的历史环境中，也可以说有一定的合理性。古代的吴越之地，为何铸剑业特别发达？主要是因为南方山川、沼泽纵横密布，不适宜像北方那样展开车战，故而特别注重近身搏击的剑术。高手过招，若是二人剑术旗鼓相当，那么宝剑坚韧、锋利程度的细微差别可能就决定了胜败和生死。从这个意义上说，战士对剑是性命相托，剑亡则人亡，说是人剑合一也不为过。

"精确制导"的仙剑

除了上面提到的"天外飞仙"，现代武侠小说中还有很多登峰造极的剑术，比如独孤九剑、辟邪

剑法、落英剑法、玉女剑法等等，各尽神妙，令人眼花缭乱，不得不钦佩作者的想象力。

但是，若和古代的“仙剑”相比，这些剑法只能算是“小儿科”。

早在东晋的志怪小说《拾遗记》中，颛顼高阳氏的“曳影之剑”如同一枚自动巡航、精确制导的“导弹”，书中描述曰：若四方有兵事，匣中的曳影剑能自动感知，腾空飞起，准确地飞向敌人，攻无不克。

这样的飞剑在历代小说里屡见不鲜，明代小说集《警世通言》之《旌阳宫铁树镇妖》，将其描述得更具体。小说中半人半仙的兰公，剪下一个指甲，呵了一口仙气，念动咒语，就化成了三尺宝剑。兰公将宝剑往空中一抛，“那剑呱喇喇，就似翻身鹞子一般，飞入火焰之中，左一冲右一击，左一挑右一剔，左一砍右一劈，那些孽怪如何抵挡得住？”

再后来，剑术越来越神乎其神，连飞剑也不过瘾了。剑术再登上一个台阶，就达到了“剑丸之术”——也就是搓剑之法，将三尺宝剑搓成一粒小小的弹丸，平时可以吞在口腹之中，也可以在耳鼻七窍自由出入。剑术到这个境界，已经彻底脱离了武术的范畴，而成了一种仙术。如《初刻拍案惊奇》之《程玉元店肆代偿钱，十一娘云冈纵谭侠》中提到了一个“香丸女子”借书生之手诛杀恶少的

什么是剑气？

传说中，宝剑能发出一种“剑气”，能碎石断木，无坚不摧。其实，剑气应当是源于对剑纹的一种想象。在千锤百炼的过程中，剑身上会形成一些如同流云、水波的纹理，给人一种闪烁流动之感。这种自然、美妙的纹理，也是剑被仙家所重的原因之一。下图为龙泉宝剑非遗传承人郭家兴铸造的龙泉剑，剑纹之美，令人赞叹。

高山临渊纹

羽毛纹

阳作龟纹

供图／郭家兴

故事。“香丸女子”送给书生一个香丸，让他在炉中点燃，看香烟飘向哪里，就跟着去。书生照做了，只见“香烟袅袅，行处有光，墙壁不碍”，每到一处，遇到一个恶少年，则香烟绕颈三圈，瞬间人头落地。事后，香烟自行飘回炉中，香丸也随后飞走。

炼剑成丸，显然受到了道教炼丹术的影响。而古代文献中最早对剑术进行描述的，正是道家的创始人之一——庄子。《庄子》中有一篇《说剑》，讲到用剑之道要“示之以虚，开之以利，后之以发，先之以至”。唐代道士成玄英在其注疏中指出，用剑之时要“忘己虚心，开通利物，感而后应，几照物先”，听着挺玄乎，实际上将剑术上升到了“道”的高度。经过后人的阐发，练剑的过程，实际上就升华成了修仙的过程。正因如此，古代小说中的剑术越来越脱离现实，变得神鬼莫测。

练剑成仙，这或许就是剑术的最高境界，同时也是无数剑客孜孜以求的最高目标。不过，要达到这个境界，仅仅剑术高超是不够的，最重要的条件是——人品。

唐传奇《聂隐娘》说的是，唐贞元年间（785—805年），魏博节度使麾下大将聂锋十岁的女儿聂隐娘，被一个乞食老尼看中，带入深山洞穴之中苦练剑术。老尼先是给她吃了一丸丹药，让她手执长剑在悬崖峭壁上追逐两个师姐。聂隐娘渐觉身轻如风，斩杀猿猴、虎豹百无一失。三年后能飞，刺鹰隼无不中。第四年，神尼领聂隐娘来到闹市中，指着一个人历数其罪恶，让她割取其头。聂隐娘用一把匕首在光天化日之下行刺，携首级而回，用药化为水。

此时，聂隐娘的剑术已经十分高超。但在神尼看来，作为一名剑客，更重要的是绝对冷漠、心如寒铁的心理素质。有一次，神尼让聂隐娘行刺一个作恶多端的大官。聂隐娘半夜潜入其室，将近天亮时才带着人头回来。神尼大怒:“为何去了这么久？”聂隐娘说:“我见他在床前逗弄一个小婴儿，十分可爱，所以不忍心立刻下



飞剑制导

“飞剑”是仙人常用的一种剑术，它们如同精确制导的导弹，能飞到空中，自动搜寻和打击敌人。上图为《封神演义》中的仙人陆压，他的法宝是“斩仙飞刀”，平时封在葫芦中，战时能飞到敌人阵中，使敌人陷入昏迷，然后斩其首级。

绘画／张云霏



斩妖剑

上图为《中国迷信探析》中的金钱剑，以铜钱编造而成（细看乃是“康熙通宝”），专门用于捉鬼降妖。这样的剑，已经完全失去了实战功能，而只是一种道家法器。

责任编辑/陈伟峰
图片编辑/吴西羽
版式设计/杨东海

手。”神尼怒斥曰：“以后遇到这种情况，先杀了婴儿，断其所爱，再杀大人。”神尼的这个“断”字，其实是要求聂隐娘斩断自己内心的七情六欲，把自己变成一个极端冷静、冷漠的剑客。

隐居深山修道、服食丹药、得世外高人指点，这些桥段都体现了浓厚的仙道文化色彩。不过，聂隐娘剑术虽高，却还远不足以修成“剑仙”，充其量只能算是“剑侠”。聂隐娘出山后，屡屡依附高官，专门为主人排忧解难。她先是依附魏博主帅，后转而跟随魏博主帅的仇人——陈许节度使刘昌裔。魏博主帅派精精儿和妙手空空儿刺杀刘昌裔，聂隐娘又以法术截杀之，使刘转危为安。这与“仙”的形象有不小的差距。

“剑侠”真正变成“剑仙”，应当从宋代说起。这一时期，道教的修行方式从炼丹服药转变为内丹学，即讲究性命双修、内炼为本，由内至外。这反映在剑术中，削弱了早期剑侠那种动辄杀人的嗜血性格，而增加了对忠孝仁义等世俗道德理念的重视。

来看看“大侠”们自己怎么说。晚清仙剑小说《七剑十三侠》的故事主线，是明代的徐鸣皋等剑侠帮助朝廷共同剿灭造反的宁王，其忠君安民的形象跃然纸上。小说第七十回中，剑仙玄贞子对前来拜师的焦大鹏说道：“古来剑仙侠客，哪一个不从忠、孝、节、义上做起……不孝不义之人，我焉肯收留门下？”作者随后也补了一段旁白：“看官，你道剑侠一流，岂容易做得么？必有圣贤的学问，豪杰的心肠，方能成就。”大约同一时期的《仙侠五花剑》的故事缘起，则是南宋秦桧擅权祸国，剑仙公孙大娘炼就五花宝剑，下界匡扶正义。显然，作为“剑仙”，最重要的条件是道德修养，而不是剑术。

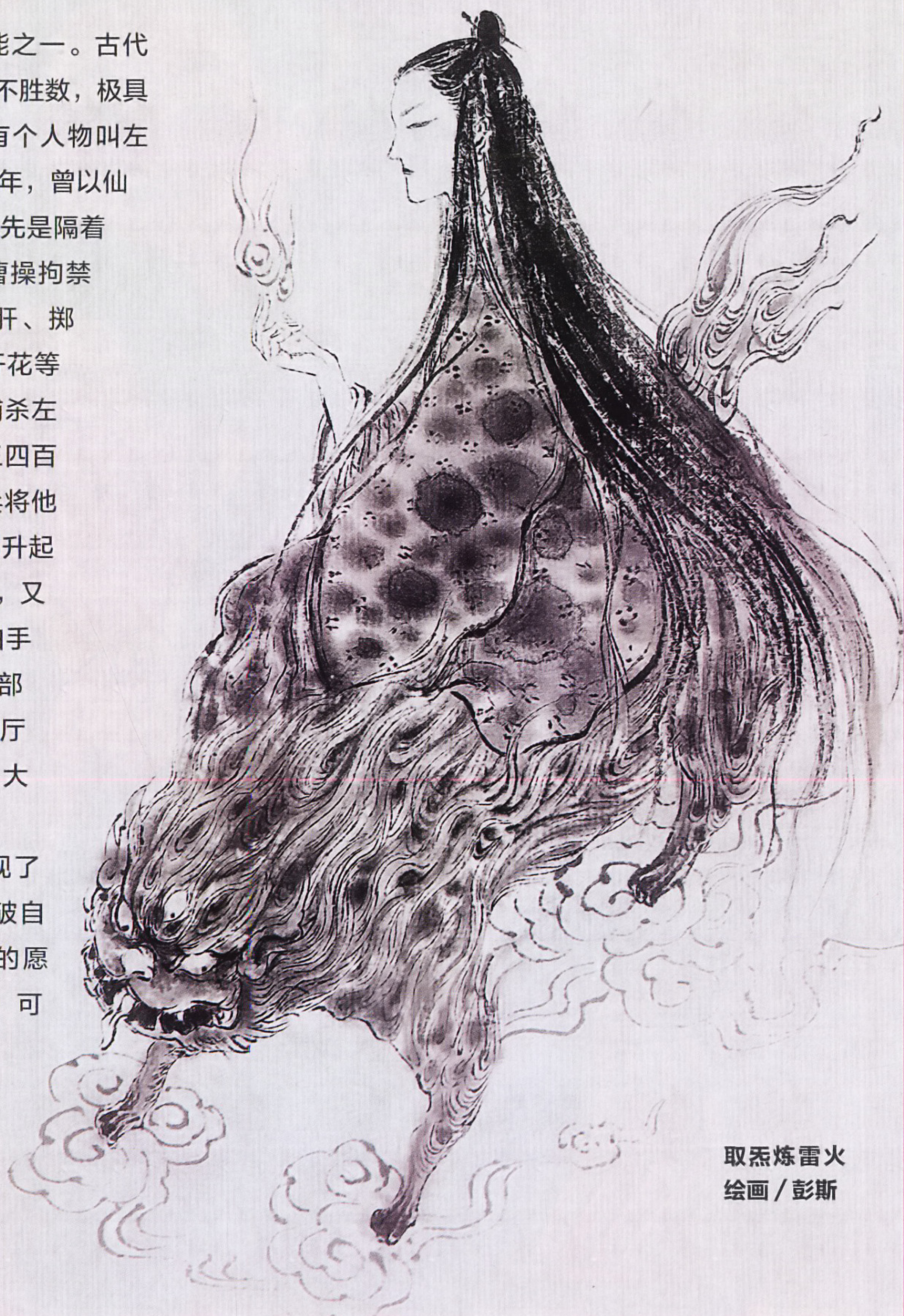
同样仗剑走天涯的仙人吕洞宾，在《江州望江亭自记》中说得更明白：“世人多传言我能飞剑杀人，我听了只能一笑了之。仙人以慈悲为怀，我虽有利剑，但不是杀人之剑。一断贪嗔，二断爱欲，三断烦恼，这就是我的三剑。”一味强调内在的修为，干脆连剑术也摒弃了。就这样，随着道教修行方式的升级，剑术也上升到了“手中有剑，心中无剑”的全新境界。

剑，毕竟是一件杀器。历代的仙侠小说，为何对剑术有如此多的极致、夸张的想象？对现实中的人来说，三尺青锋在手，便能制敌保身，是对自己的生命的最后一重防护。而仙化的剑，更是被赋予了种种超自然的力量，人们畏惧它、崇拜它，希望它能带来安全和正义。对付奸人恶徒、妖魔鬼怪，只能以暴制暴，用无坚不摧的剑术统统斩去。正如贾岛的《剑客》诗：十年磨一剑，霜刃未曾试。今日把示君，谁有不平事？

仙家法术一窥

法术是仙人的基本技能之一。古代小说、道书中描述的仙术数不胜数，极具想象力。《三国演义》中有个人物叫左慈，自称在峨眉山学道三十年，曾以仙术把曹操戏弄得团团转。他先是隔着柑皮偷吃曹操的柑果，被曹操拘禁后，又公然展示了画龙取肝、掷杯化鸠、使种子顷刻发芽开花等仙术。曹操下令画影图形捕杀左慈，不料街头忽然出现了三四百个左慈。曹操亲自带领甲兵将他们全部斩首，人人颈腔内都升起一道青气，在天上聚为一处，又化成一个左慈，骑着白鹤拍手大笑。再看被斩的尸体，全部跳起来，提着头颅奔上演武厅来打曹操。曹操受此惊吓，大病一场。

五花八门的仙术，体现了古人（尤其是修仙者）突破自身局限、掌握“超能力”的愿望。从下面所列举的仙术，可见一斑。



取炁炼雷火
绘画／彭斯

仙术一览

交通类
腾空飞行
穿山遁地
行水潜水……

变身类
忽老忽少
分身法
隐身术……

军事类
撒豆成兵
飞沙走石
召唤黄巾力士……

幻化类
剪纸成月
叱石成羊
隔空取物……

攻击类
飞剑斩首
定身术
冰冻术……

杀妖类
照妖镜
葫芦吸妖
符咒定妖……

成仙器



葫芦 最『仙』的蔬菜

葫芦，不止是蔬菜。

撰文／李行

葫芦里卖的什么药?

传统的中药店，往往会在门口悬挂一个葫芦，这是为什么呢?

葫芦，是一种爬藤植物，果子是可口的蔬菜，晒干后掏空，可以作为盛器，中医则用它来储存丸、丹类药剂。东晋葛洪的志怪小说《神仙传》中讲到，汉代汝南城（今河南省平舆县一带）有个老翁，常常悬挂着一个葫芦在闹市上卖药。他葫芦里的药灵得很，口不二价，药到病除。药金收入很可观，日进数万，但老翁只留下很少的一点，其余都随手施舍给流浪街头的穷人。葫芦又称壶卢，“悬壶济世”的说法由此而来。

光是一个卖药老翁的故事，就使葫芦成了天下医药行业的“商标”吗？还不够。

起决定作用的，是民间盛行的仙道故事。道家修行者有五项专业技能：医、山（修身养性）、命、相、卜，修道者注重养生，且常出入山泽、接触药草，所以善于治病救人。与世俗的药物相比，道家、仙家之药有一种“灵丹妙药”的色彩。宋代纪实小说集《太平广记》中有一个故事：唐朝宰相刘晏，年轻时沉迷于道术，日夜期盼遇到仙人。有一年，他偶然遇到一个异人王十八，身上又脏又臭，还得了痢疾，刘晏的家人暗中嫌弃他，刘晏却把他带在身边，恭敬地服侍。不

葫芦，仙人必备

左页图为法国人亨利·杜雷《中国迷信探析》中象征家庭和谐、婚姻美满的合和二仙，身下的大葫芦彰显了他们神仙的身份。很多仙人都喜欢随身携带葫芦，如太上老君、铁拐李、老寿星等，就像现代人随身带的包包。不过葫芦里装的不是俗物，里面大有乾坤。



药铺的招牌

很多传说中的仙人都精通医术，而他们的葫芦里就装着起死回生的仙药，“悬壶（即葫芦）济世”的说法由此而来。久而久之，葫芦成了中药铺的标帜。上图为清人彩绘的一家药铺的门面，门前就悬挂着葫芦招牌，吸引着街上的求医问药之人。

供图／文化传播／FOTOE

久，王十八就死了，刘晏悲痛地厚葬了他。后来，刘晏偶然得了重病，命悬一线之际，有人登门到访——正是王十八。家人又惊又喜，王十八不慌不忙地从腰间取下一个葫芦，倒出三粒豆大的药丸，刘晏服下后立刻康复了。王十八说：“这一丸药可延寿十年，三十年后我来取回。”三十年后，王十八果然再次到访，取回了刘晏肚子里的三丸药。几个月后，刘晏就死了。

《太平广记》中，还有《唐若山》、《卖药翁》、《骡鞭客》等多个故事，都提到了起死回生、变铁成金的仙丹，而贮藏仙丹的法器，无一例外都是葫芦。《西游记》中有孙悟空偷吃金丹的情节，太上老君辛苦烧炼的“炒豆”似的金丹，也是存放在葫芦里。想起一首流传甚广的儿歌：“宝葫芦，一线穿，打开葫芦取仙丹。”仙药和葫芦，几乎成了一对固定搭配的CP。

在小说、传奇的强大宣传作用下，久而久之，人们对包治百病的仙丹愈加迷恋，而葫芦也随之成了医药行业的标帜。一些身体健康的人，也喜欢将小葫芦作为饰品挂在身上，祈求家人健康平安。今年2月，河南洛阳一座寺庙里的一个“药葫芦”成了明星，很多游客围着它争相抚摸，把它摸得油光锃亮。游客们传言，葫芦里有仙丹，摸一摸能祛病消灾、带来好运。后来，寺庙里的和尚辟谣说，这个“药葫芦”其实只是一个塔刹，塔倒了以后便放在寺里，并没有什么神奇之处。只因形似药葫芦，便闹出了乌龙。

每年的端午节，许多人家都要在门前挂菖蒲、艾草，而在一些地方还要挂上几个葫芦，别有一番情致。这又是什么说法？一说五月为“毒月”，药王爷曾在五月初一下凡，见人间毒虫横行，便将自己装药的葫芦挂在一家门口，灭虫降瘟。因此，葫芦又有了镇邪祛毒的意义。北京人

尤其喜欢葫芦，用红纸剪成葫芦的形状，内含“五毒”的图案，五月初一贴出，初五日摘下扔掉，称为“扔灾”。葫芦在此，百毒退散！

仙人的“四维空间兜”

仙人的葫芦，除了驱邪治病，还有一个更强大的功能——巨能装。

《西游记》中，银角大王的宝物就是一个“紫金红葫芦”，只要倒过来拿着喊人的名字，对方一答应，就会被吸进去，连孙悟空也逃脱不了。据银角大王的小喽啰“伶俐虫”介绍，葫芦里的空间，能装下一千人。如此厉害的宝贝，孙悟空怎么对付它的呢？他用毫毛变出一个假的红葫芦，骗小妖怪说：“你这装人的，何足稀罕？我这葫芦，连天都装在里面哩！”顺利地用假葫芦换到了真葫芦。

一个只有几升容量的葫芦，却能装下一千个人，这种空间伸缩的技术，在今天也难以想象，而古人却早已司空见惯。日本漫画《哆啦A梦》中，机器猫胸前的“四维空间兜”能通向另一个时空，什么都能装进去。殊不知，中国古代早就出现了类似的法宝。

《太平广记》中有一个《潘老人》的故事：唐元和年间（806年—820年）的一天，大风刚停，一个老人拄着拐杖来到嵩山少林寺求宿。僧人不愿收留，指着寺外的两间空屋子，让老人自行歇宿。当晚二更后，僧人起夜，发现寺外异常明亮，就来到空屋子察看，只见屋子里摆设着垫子、褥子、华丽的帐幕，佳肴果菜应有尽有，老人安然地坐着又吃又喝。僧人讶异地不敢探询，等到五更后，老人睡醒，从怀中取出一个拳头大小的葫芦，把一应器具菜肴都装了进去。老人把葫芦放到怀里，空屋子还和原先一样。

类似这样伸缩空间的情节，在古代小说里屡见不鲜，而实现这种空间转化的法器，大多是葫芦。说起葫芦的容量，最集大成的还要属《八仙全传》中的葫芦。这是太上老君送给铁拐李的法宝，且看太上老君的“产品说明”：

> 这东西能生炎火、发大水，火烈时可比一座火焰山，水大时可抵全个的东洋大海……你要用在救苦济人，只把盖子揭去，要药有药，要钱有钱。有时错过宿头，还能藏得许多人作个临时的客店。

一番话把铁拐李听懵了。太上老君见他狐疑，便让他走进葫芦参观。铁拐李闭着眼大步走进葫芦，睁眼一看，竟然真有一所高堂大厦，房屋里面有柜子床铺，陈设器皿一应俱全。更妙的是，铁拐李心想着，这么大的房子该有几个佣人、



负局先生

上图为明代《列仙全传》中的“负局先生”画像。“负局先生”是三国时期的医仙，传说他经常背着磨镜的箱子，在吴地走街串巷，箱子里却装满了药葫芦，遇到有病痛的人就赠予紫色药丸，病人无不痊愈。后来发生大瘟疫，他又拿着葫芦挨家挨户送药，救人无数，因此深受百姓爱戴。

厨子收拾打点，一念甫起，眼前便出现了许多青衣打扮的人垂手侍立，另有两个绝美的婢子，一人捧茶，一人持巾，姗姗而前，含笑叫声:“主人用茶。”

为什么以宝葫芦为题材的故事在民间喜闻乐见呢？从上面的故事可以看出，不论是潘老人还是铁拐李的葫芦，里面装的都是取之不尽用之不竭的生活物资和财富。由此可见，宝葫芦所营造的异度空间，其实反映了社会底层人民对理想生活的想象。铁拐李是一个衣衫褴褛的乞丐形象，但他的宝葫芦里要房有房、要钱有钱，还有“绝美的婢子”，如同一个没有饥饿、无忧无虑的乌托邦。

另一方面，宝葫芦能收服敌人，还能“生炎火、发大水”，如同一件威力巨大的进攻性武器，满足了平凡的人们对“超能力”的想象。当一个人面对暴力威胁或社会动荡时，仅凭一己之力根本无法抵抗，这时，通过想象中的宝葫芦调动水、火等强大的自然力量来御敌自保，能给人带来巨大的精神安慰。从这个意义上说，腰上拴着宝葫芦的铁拐李，就如同好莱坞电影里穿上高科技装备的钢铁侠、蝙蝠侠，是普通人想象中打抱不平、主持正义的“超级英雄”。

除了装财宝、装武器，葫芦还有一个重要的功能——装鬼。《聊斋志异》中的厉鬼“画皮”，是怎么降服的？道士先用木剑枭其脑袋，厉鬼随后化为一团浓烟，道士接着“出一葫芦，拔其塞，置烟中，飗（liú）飗然如口吸气，瞬息烟尽。道士塞口入囊。”蒲松龄描述的这个场景，在上个世纪八、九十年代香港拍摄的许多鬼神电影里，都有忠实的展现。能收鬼的葫芦，象征着正气，能降妖伏魔，给人带来安全感。

紫金红葫芦

葫芦蕴含了古人对空间的独特想象力。下图为《清彩绘全本西游记》中，太上老君用盛丹药的“紫金红葫芦”收服两个道童——金角大王和银角大王的情景。据小妖“伶俐虫”介绍，这个小葫芦里十分宽敞，能装一千人，且顷刻化为脓水。



仙人的时空穿梭机

宝葫芦伸缩扭转空间的功能，还有另一种新奇的玩法——跨时空旅行。

前面提到的《神仙传》中在汝南城卖药的老翁，其实是一个仙人，后人称为“壶公”。他的事迹在正史《后汉书·方术列传》中也有记载：每天停市后，忙完生意的壶公就跳到葫芦里休息过夜。奇的是，满城的人都看不见，只有费长房在楼上看得真真切切。费长房带着酒肉虔诚地前去拜访，第二天，壶公带着他一起跳进了葫芦里。只见“玉堂严丽，旨酒甘肴”，宛若仙山琼阁，别有洞天，两人吃饱喝足了才出来。费长房于是发心拜壶公为师，跟随他学习道术。

壶公带着费长房跳进葫芦，只见里面“玉堂严丽，旨酒甘肴”，宛若仙山琼阁，别有洞天，两人吃饱喝足了才出来。

在这个故事中，葫芦起到了连接两个异质空间的传送功能，而葫芦里似乎还隐藏着一个无限大的世界。这与现代天文学中能穿越时空的“虫洞”的概念相似。古代修仙者提倡“大隐隐于市”，而壶公在汝南闹市中的隐居，就是通过葫芦来实现。

壶公和费长房的故事不是孤例，明代道教神仙传记《列仙全传》中，嫦娥奔月时所搭乘的“交通工具”，便是一只飞行的葫芦。“八仙过海”的传说中，八仙之首铁拐李乘坐的也是葫芦。他们通过葫芦将要前往的，都是超越现实世界的另一个时空——仙界。仙人居住的地方，该是什么样呢？东晋的神怪小说《拾遗记》中说：东海有三座仙山，一曰云壶，方丈也；二曰蓬壶，蓬莱也；三曰瀛壶，瀛洲也。三座仙山，都形似葫芦。

在《太平广记》卷六十四《太阴夫人》的故事中，葫芦的“交通方式”又有了新的变化：奉天帝之命来到人间相亲的仙女——太阴夫人，在洛阳郊外的破庙偶遇了穷少年卢杞，心生爱意，于是决定带他返回天上的水晶宫。可是卢杞不会飞行之术，如何是好？太阴夫人给了他两颗种子，卢杞刚种下地就生出了瓜蔓。不一会儿，藤上长出了两个水缸大小的葫芦，卢杞挖掉里面的瓤，坐了进去。忽然，狂风大作、雷声阵阵，葫芦凌空飞起，转眼就到了云霄之上，耳边呼呼风声不绝。卢杞只觉得寒冷刺骨，如在冰雪中，加了三层衣服才暖和。过了许久，葫芦停了下来，只见宫阙楼台皆以水晶为墙垣，执戈被甲的卫士排列了数百

人——水晶宫到了。

葫芦，是穿越时空的神秘通道，也是仙界的入口，令人心驰神往。虽然种种故事纯属虚构，但葫芦作为一个文化符号，在现实生活中也打下了深刻的烙印。

比如园林中的葫芦形洞门。举世闻名的江南园林中，造园者运用出神入化的构景法，在一片有限的区域中，变化出了无穷的层次。其实，园林中高低错落的亭台楼阁、清奇雅致的山石流水、香气袭人的嘉树幽草，本就是对想象中的“仙界”的一种模拟。穿行其间，常常可以看到一种葫芦形的洞门，这会让人联想起什么呢？洞门的作用，是连接园林中两个不同的空间、两种不同的风景，而葫芦形的洞门，包含了超凡脱俗、登入仙界的隐喻，令游者更添一层漫游仙境的精神体验。

还有一个常见的例子是塔刹。如果你留心观察，全国各地的塔刹中，有一种常见的葫芦形塔刹，这有何妙处？在古代，世界各地的人们似乎都有一种情结——将塔视作沟通天地的通道。似乎只要把塔建得足够高，人就能登上天界，与天帝取得联系。《圣经·旧约》记载了巴比伦附近的人们建造通天塔的故事，这座高塔高耸入云，令上帝也忧心忡忡——若凡人真能通天，那还有什么事干不成？上帝遂千方百计地破坏了通天塔。中国人在建塔事业上同样是干劲十足，但人的建筑能力究竟有限，宝塔不可能真的上通天庭，怎么办？善于形象思维的中国人，在塔顶安装了葫芦形塔刹——象征性地将时空穿梭的通道装置在了人间最高建筑的顶端。这样，既取得了天地之间的沟通，也避免了天上神仙的担忧。一个葫芦，换来了天人之间的和解。

葫芦里的乾坤

传说汉代有一个老翁壶公，在市集上挂着葫芦卖药，每天打烊后便跳进葫芦里过夜。好奇的费长房向他求教，壶公邀请他畅游了葫芦里的世界，费长房于是决心出家修道。下图为明代《列仙全传》中的插图，壶公正从葫芦里探出半个身子，向费长房招手。



中国的“挪亚方舟”

为何种种奇妙都被赋予葫芦，而不是其他蔬菜瓜果？归根结底，这是源于中国文化中的“葫芦情结”。葫芦图腾、葫芦崇拜的现象，在各地十分普及。

葫芦与道家的渊源，可以追溯到庄子。《庄子·逍遥游》中讲到一个“大瓠之种”的故事：有一天惠施对庄子抱怨说：“魏王送给我大葫芦种子，我把它种植起来，结出的果实有五石容积。大是真大，但有什么用呢？拿去盛水，它不够坚固，剖开了做成瓢，又因为太大而没有适合它容纳的东西。我只好砸烂了它。”庄子道：“万事万物，没有什么是无用的，只看你怎么用它。你有五石大容积的大葫芦，正好将它做成小舟，浮游于江湖之上，岂不快哉？如今反倒嫌弃它太大，真是心窍不通。”

不要小看葫芦的这一“无用之用”，它可能挽救过人类文明。

广西融安县壮族有一个传说：远古时候，雷公与力士经常械斗。有一次，战败的雷公被关在房子里，哀鸣不止。力士的两个孩子觉得可怜，便给他水喝。喝了水的雷公力大无穷，破门而出，临走时送给孩子们一颗牙齿，嘱咐他们好好种下。兄妹俩将牙齿种在屋檐下，居然长出了一株葫芦苗，还结下一个大葫芦。后来雷公发怒，天下洪水泛滥，人畜都被淹死，只有这兄妹俩坐在葫芦里，得以幸免。两人结为夫妻，重新繁衍了人类。

在席卷世界各地的史前大洪水中，中华民族的祖先依靠葫芦而幸存下来。葫芦，就是中国版的“挪亚方舟”。

类似这样的与葫芦有关的创世纪故事，在布依族、水族、白族、哈尼族、高山族、黎族、苗族、傣族等少数民族的史诗、传说中广泛地存在。中缅边境的德昂族的故事也很有意思：很久以前，洪水泛滥，万物都被淹死了，只有少数的人和动物被天神卜帕法救在葫芦中。洪水退去后，卜帕法欲砍开葫芦，方砍此处，牛大叫说：“勿砍也，我在此处。”改砍彼处，狗大叫说：“勿砍也，我在此处。”这时，兔子呼叫道：“砍此处可也。”说罢把螃蟹推至其处。卜帕法一刀挥下，砍断了螃蟹的头。没了头的螃蟹，从此只好横着走。德昂族因此崇拜葫芦，认为祖先是从葫芦里出来的。祈福拜神时要用葫芦装水，把水滴下来，嘴里念着“救命恩人”。

汉族的创世纪故事中，同样有葫芦的影子。在一些地方的故事版本中，中华民族的人文始祖伏羲、女娲兄妹也曾避难于葫芦之中，而后兄妹成婚，繁育人类。20世纪上半叶，闻一多先生曾专

在葫芦里“穿越”

“壶（即葫芦）中天”是仙境的代名词，葫芦内藏乾坤的想象，寄托了古人穿越时空、飞升仙境的梦想。因此，一些现实世界里的建筑，也采用了葫芦的元素（如右图）。人们梦想着穿过葫芦形的洞门、透过葫芦形的塔刹，走进仙人的世界。右页图为道教名山——安徽齐云山上的小壶天坊。
供图／微图









门对此作了考证。他一共搜集到了49个洪水故事，通过分析比较，认为当时的救生工具有葫芦、瓜、鼓、木桶等，而葫芦占了十七件，是诸救生工具之首。闻一多先生进一步指出："伏羲和女娲，名虽有二，义实只一，二人本皆是葫芦的化身。"

大洪水灭世的传说，普遍存在于美索不达米亚、希腊、中国、玛雅等文明中，很有可能是史前的一个真实的全球性事件。《圣经·旧约》中说，上帝决定用洪水惩罚世人，而唯独给挪亚提前透了风，指示他建造了一艘长约一百多米的大船。洪水退去后，这艘“挪亚方舟”上的人和动物得以存活。大约与此同一时期，中华民族的祖先也在大洪水中依靠葫芦幸存下来。葫芦，就是中国版的“挪亚方舟”。直到今天，广东沿海地区的渔民还常常把葫芦系在小孩的腰上，当作救生圈。海南、黄河岸边的渔民下水捕鱼时，也在腰上栓一两个葫芦。葫芦救世的传说，可能并不是空穴来风。

在一些其他的传说中，葫芦干脆变成了人类的起源。在回答“我从哪里来？”这个艰深的哲学命题时，很多先民不约而同地把





交杯酒怎么喝？

上图为传统婚礼中“合卺礼”所用的“酒杯”，是对半剖开的葫芦。在许多古老的传说和信仰中，葫芦是生命和万物的起源，且葫芦形似孕育新生的子宫，因此被赋予了生殖崇拜的意义。新婚之夜，用葫芦喝下交杯酒，寓意多子多福。

摄影／逆光

目光聚焦到了葫芦里。在拉祜族的传说中，远古时代没有人类，后来河边的青藤上结了一个大葫芦，老鼠啃了三年零三个月把葫芦咬破，从中走出两兄妹，就是拉祜族的祖先。彝族民间长诗《梅葛》说，汉、傣、彝、傈僳、藏、白等民族，都是从一个葫芦里出来的亲兄弟。闻一多先生则在《伏羲考》中指出，盘古的本义也是葫芦，盘古开天地，亦即葫芦的破裂。一句话：人和宇宙万物，都从葫芦里来。

确实，葫芦鼓腹而细颈，且内中多籽，很像妊娠期女性的子宫——这可不就是每个人最初的孕育之所吗？所以古人的葫芦崇拜中，就有一层生殖崇拜的意味。传统婚礼中，夫妻在洞房要行合卺之礼——也就是喝交杯酒。所用的酒器，就是一个葫芦剖成的两个瓢，借此祈求新婚夫妻多子多孙。

道教崇尚自然，有创世之功的伏羲、女娲、盘古都被列入了上古的神仙谱系，葫芦也成了一个象征万物起源的法宝。有意思的是，葫芦不仅是人的起源，也可以是河流的起源。古人曾无数次寻找中华文明的母亲河——黄河的起源，但始终无法确认。古人尚未掌握地球水循环的知识，必定十分纳闷：滔滔不息、源源不绝的河水，究竟是从哪里来的呢？在明代堪舆学著作《地理人子须知》的一副地图《中国三大干龙总览之图》中，作者聪明地将黄河的源头画成了一片葫芦形的水域——星宿海。葫芦代表着生生不息，这样一来，黄河之源的问题就解决了。

道教，追求的是永恒和无限，而葫芦正是这样的一个文化符号。不知是不是巧合，现代数学中表示“无穷”的符号“∞”，长得就像一个葫芦。这样的葫芦，你还敢当它是蔬菜吗？


责任编辑／陈伟峰
图片编辑／吴西羽
版式设计／杨东海



葫芦的大家族

图为清乾隆御赏款折方开光人物匏制瓶，瓶身以模范制成，多面开光模印八仙图案，成型规整，十分难得。葫芦寓意深厚，形态优美，因而深受世人的喜爱。人们不仅喜欢培植、收藏形态各异的葫芦，还用瓷、玉、木、金属等材料将日常用具、文玩也做成葫芦形，比如花瓶、水盂等。在案头放一个葫芦形的摆件，顿添仙气。

摄影／云影


家生百福
户納千祥

符箓 道教施法的金字招牌

撰文／韦依
摄影／王凯 周军 等

符箓，并不仅仅是一张灵纸。因为它，人们发明了一种语言，建构了一套文字，编创了一出舞蹈。墨汁淋漓，描画着神灵的剪影，诵读出对一切不幸的檄文。

非字非画，神通广大

《西游记》第四十五回讲到，西方车迟国有三位妖怪国师，修习道派仙法，求雨驱逐旱魃，十分灵验。在与孙悟空斗法，比赛祈雨时，展现了一种神奇的操作：虎力大仙接过小道士捧的几张黄纸符字、一口宝剑，大仙持着宝剑，念声咒语，将一道符在烛上烧了，乒的一声令牌响，只见那半空里悠悠的风色飘来……看起来，在妖怪制胜的道法里，那个"符"灵验了。

这样的场面还经常出现在小说和影视剧里，某位道士"念念有词"地烧几道纸，或者空中"虚画几圈"，往往就能呼风唤雨、祛病消灾，甚至隐形变化。那或有形、或无形的"神秘字纸"——符箓，又是一场场法事的关键道具。

小小黄纸，几点朱墨，生出过许多广为流传的民间故事。相传，汉代有位仙公叫葛玄，善使符书，常常用符箓玩有趣的把戏——如让它们随波逐流；用符"催眠"控制人的行为；设坛求雨，无中生"鱼"。后来，他创立了道教里的"灵宝派"，成为"符水道派"的一支。这符水，即指烧符化于水中，饮之疗病。

如此以"符"论道的神通，还被记载在许多古代的笔记小说里：宋人洪迈的笔记小说《夷坚志·京师异妇人》，讲的是"以符镇妖"

太岁在上

在袅袅青烟下，一张天师派的太岁符完成了最终的过香程序，看不见的神秘信息被注入到符字间，它的灵力将化解"太岁"的凶力，带来一年的好运。道教符箓类别繁多，可根据不同用途来召将请神，抓鬼、辟邪、求财、旺桃花，关照到俗世生活的方方面面。

的故事。清代袁枚《续子不语》则记载过符箓可以镇压鬼魅，使人起死回生。按照唐人卢肇《逸史·李主簿妻》所言，靠画持咒，甚至可以与华岳之神——金天王斗法，从神灵手中抢回被拘走的普通人的魂魄，是不是十分骇人听闻？

是天书还是鬼画符？

灵验的符箓，人人都想有一枚。然而，它到底是个怎样的存在？

《山海经》说，海上有座仙山，山上长着盘曲千里的大桃树，此树有二神，神荼和郁垒，专捉恶鬼。结果，刻着两位大神形象的桃符，便走进了千家万户。描摹鬼神，这也许就是造“符”的灵感由来。在中国古人的观念里，只要将某物摹画得逼真，便可与真物相通，乃至得到真物的灵性。

大名鼎鼎的马王堆汉墓，出土了一幅帛画，三条巨龙如纽带般串联起三组神祇，各自注明神名和祷词。看，写上名字，即使描摹得不太像也没关系，神还是可以准确地被招来。而且，有了文字的帮助，连愿望也能写得一清二楚了。

不过到了后世，符箓越来越不直观，或图文相合，或笔画屈曲，显得神秘怪诞，以至于金代文学家元好问称其为鬼画的符号——“鬼画符”，诗云“真书不入今人眼，儿辈从教鬼画符”。

符字作为道家的千年法宝，怎么会是信手涂鸦？晋代道学家葛洪之师郑隐信誓旦旦地说，“符皆神明所授”、“皆天文也”——符字乃是天上神的文字，是天书。

造“符”的学问

在宋代，道士对于画符更有心得了：“画符不知窍，反惹鬼神笑；画符若知窍，惊得鬼神叫。”可见符里有诀窍。

“符”字从竹，先秦用以核查身份的“符节”是竹子做的。但道士通常把符字写在黄裱纸或者黄帛上，还要使用朱墨书写，朱是朱砂，墨即烟墨，朱砂尤其能驱鬼辟邪。

这些材料必须加以点化通灵，例如在纸笔上呵气，将沾满朱砂的笔在香上照“黄金光”，如此这般，就落笔如有神了。

不过，最关键的还是字。

道家经典《云笈七签》这样解释符字：“符者，通取云物星辰之势；书者，别析音句铨量

灵符怎么用

烧 将符纸从符尾开始点燃，用火烧成灰

佩 将符纸折成三角形带在身上

贴 将符贴于门槛、床、神堂、汽车、畜舍等处

食 以火化符成灰，泡水饮用，或将符与水共煎服用

擦 用食指与中指并拢，沾符水擦身

喷 施术者作法后，口含符水喷洒

清末烧符治病的场景



灵验的符箓，人人都想有一枚。然而，它到底是个怎样的存在？ 晋代道学家葛洪之师郑隐说，符字乃是天上神的文字，是天书。



之旨；图者，画取灵变之状……”

“云物星辰之势”暗喻法天象地的书体，古有“鸟篆”“雷纹”，戎夷书中还有字类昆虫的，它们给了道家无穷的灵感。道符爱用独有的“云篆”，据说乃是云气转化而成，神似狂草，透着一股仙风神韵；也有符字上缀星斗的，尤其是北斗七星，那本身即是神灵的化身；也有的将弓字画得果如一张弓状，作为厌胜灵物，弓字对面画上几个小鬼，摆成交战的阵势。

有的道符中，可以看到“人形符”，这可能是使者，可能是神仙，甚至是亡灵的人形。一些符中还要写入咒语文字，犹如一张贴往神界的告示，它们与人形符紧密地连接在一起，给人奇诡的印象。

以纯文字构成的符，是人们最熟悉的，但因为夸张变形和别出心裁的组合，同样难以辨认。还有一种可能，道家符箓师徒相传，弟子中有依样描画而不知其音义的，结果按照道家的宗教思维精心构建的符字们，几代之后，便成了不能读解之物。

急急如律令

什么符最奇特？

曾经见过这样一道有趣的符，叫“愿爱情牢不可破符”。符头的部分有清晰的三个勾点，代表道教的上尊之神——三清。其下书写着“敕令”二字，“令”的撇捺两笔稍长，尾端又垂下

结神气而成符

术无道不成，合格的符箓不是照本宣科的书画，而是运用画符者内在的神秘能量——炁（qì），并遵循一定的道法，书写而成。图中这位华山的杨道长，静息捏诀，凝神运笔，点画着代表星象的符号。这张镇宅图中还布有阴阳五行、太极八卦等元素。

摄影／陈团结





盖章生效靠“法印”

法印是道教的重要法器，也是符箓能否灵验的关要所在，没有加盖法印的符箓，原则上毫无用处。图中正在加盖的这方“阳平治都功印”，据传说是创教之初张道陵所用的教主印，后世在天师派内世代传承。其下小图为道教符箓厌胜钱。符箓不仅在帛、纸上书写，也可刻印在木质、竹制或金属等材质上。

两竖，构成一个半围合的空间，自上而下书写着“押月神女合男人和合”的字样，又下缀以生辰、姓名，大字书写“大王在卣”，尾部以小字书“女人带身”。这是为防止感情触礁而造，是否真灵验？很是让人好奇。

道长们说，道家符箓要灵验，还需要个搭档——“咒术”，或说是一整套严密的仪轨。不仅制符中需要对材料“施咒”，用符前，也要经过设坛、咒动、念咒等步骤来驱使鬼神。

所有咒语中，我们最为熟悉的，恐怕还是“急急如律令”，那么就以它为例：它乃道教念咒驱使鬼神时所用的末语，“律令”可不是法律命令的意思，而是个人名。相传周穆王时，有一个人走路特别快，死后就在雷部做了小鬼。像“律令”一样迅疾快走，指立即生效。最常见的莫过于“太上老君，急急如律令”了。

谁都可以画符吗？

常常听到的另一个问题是——谁都可以画符吗？

这里先说说符、箓的区别。符箓是一种统称，严格地讲，符和箓不同，符是符字，而箓是法箓，类似于天神的名录，方便召神遣将，驱鬼镇魔。道士只有被授予“箓”这个宝典，才有资格与天沟通，未授箓者，不能强行施法。也就是说“符”无“箓”则不灵。

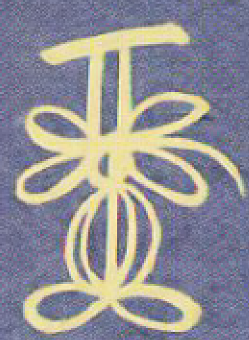
至于道家符箓是否灵验，仁者见仁，智者见智。对于应验的事例，有人认为是巧合，有人归之为心理作用。还有那些化符入水，可以治病的“符水”，据说是因为制符材料中有朱砂可以安神，又或者掺以虎骨等中药，得以“显灵”。

不信鬼神的人说符箓是“虚妄”之物，信它的，又会信心满满。无论如何，符箓至今仍是道教施法的一块金字招牌。

教你看懂财神符

这是一张广受欢迎的道教“财神符”，黄帛朱文，由正一派主庭江西龙虎山嗣汉天师府邱道长绘制。它不仅是带有宗教色彩的神力之物，也是一幅具有独特美感的书法作品。财神符的每个部分都具有特定的含义，尤其值得欣赏的是下半部分“赵元帅”的形象：由高举的神鞭，惟妙惟肖的老虎，盘腿而坐的赵元帅组合而成，包含笔画可以象形，形肖而能通神的道家思想。

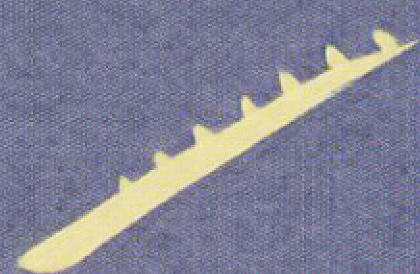
财神符这么画



1 莲花符头代表吉祥如意



2 敕字和赵元帅形象



3 赵元帅神鞭



4 赵元帅所骑老虎坐骑



5





清代《封神真形图》赵公明像。供图/FOTOE

责任编辑/刘睿
图片编辑/吴西羽
版式设计/杨东海

鹅卵小巷

清晨，一位老人从“理学名家”宅院的圆雕红石狮前走过。流坑村中，皆以此类鹅卵石铺路，并建有排水沟。大巷子、小巷子纵横交错，宛如蛛网，交通便利。此等良好规划，正是拜“理学名家”宅院的主人——明代董燧所赐。
摄影／揭钢

流坑村

“千古第一村”的科宦奇迹

撰文／晶心

流坑，这个乌江之畔的单姓村落，自宋以来，贡献着一个个科举神话，家族也因此突破“五世而斩”的宿命，得以千年不衰，不散。这是江西保存最完整的科举大村，堪称中国古代耕读文明的“活化石”。

第一次到江西抚州乐安县流坑村时，最让我惊讶的，是整座村的格局。不像一个村，反倒似一座小型的城。绕村的乌江、龙湖，宛若城池壕沟。村内门楼、城墙守望。“七横一竖”的巷道，勾勒出基本轮廓，似棋盘格。据说明代辞官回乡的南京刑部郎中董燧，是按照《周礼》重新规划自己家乡的。而这一次规划，奠定了今日流坑之格局。

我看到的流坑村，和徐霞客眼中所见的大致是一样的格局。明末崇祯九年（1636 年）冬至日，徐霞客来到流坑村。这是他一生中最后一次旅行的一站。参观流坑当晚，他写下一篇日记，其中几句是：“其处阛阓（huán huì，即街市）纵横，是为万家之市，而董氏为巨姓，有五桂坊焉。”阛阓纵横，彰显村容整齐；万家之市，渲染商贸繁华。五桂坊，则是流坑董氏纪念“一门五进士”的一座牌坊。恰似一座丰碑，铭刻着这个家族引以为傲的科举事业。



“一门五进士，两朝四尚书，文武两状元，秀才若繁星”，这是宋时人们关于流坑董氏家族最精辟的概括。据统计，从宋到明清，这里一共出了 32 名进士。即使是在江西这个历史上的科举大省，拥有 30 名以上进士的村落仍屈指可数，如今基本保存完整的，唯有流坑村。1997 年，时任国家文物局局长的张文彬先生考察流坑村后，大为赞叹，誉此为“千古第一村”。

如果放在江南，这样的古村早已游客为患。而身处江西的乌江之畔，这里的人却少得有些可怜。对于急于开发旅游的当地政府来说，难免不幸。而对于我，却要道声万幸。

不可错过的流坑古建筑



一次倾家荡产的试验

流坑现存 200 余座明清建筑，屋宇大多完好，而最让人印象深刻的，是村北陌兰洲一处巨大的废墟——董氏大宗祠。我一直认为，这里才是整个古村的根。

大宗祠，如今主要就剩几根石柱了，孤零零伫立于青草地上，倾颓残败，上面还有烧焦的痕迹。这是 1927 年军阀混战中一场大火后的“杰作”。侥幸逃过此劫的，仅有“理学名贤”坊与“三策流馨”两座牌坊。故这里又有流坑“圆明园”之称。夕阳时分去看，颇为动人。

董氏大宗祠，重建于明代嘉靖至万历年间，原是三进重檐的宏伟建筑。它的另一个名字是“万殊一本堂”。这“一



本”，指的就是流坑董氏的老祖宗董合。

村人自称是西汉大儒董仲舒后裔，但确凿可靠的开基祖，是董合。据史料记载，在唐末战乱之际，一位叫董清然的人率领族人由安徽迁到江西，后来，他的曾孙董合再迁入江西乌江之畔的流坑，从此定居下来。

找到“安居”的家了，接下来就是如何“乐业”。此时正是五代乱世，外面烽火狼烟。如果没有特别的际遇，这座群山环抱的小村庄，至多只能成为一处避难的桃花源。

不过改变村运的人物，很快就出现了，他是董合之孙董文广。

文广从小聪颖好学，立志干一番大事业。青壮年之际，他东游至南唐国都江宁府（今江苏省南京市），想寻求建功立业、一展抱负的机会，无奈看到的却是国运衰颓，局势混乱。夫子云，邦无道，则可卷而怀之。于是文广决心等待。这一等，等到了南唐亡国，北宋一统天下。

国家初立，百废待兴。北宋朝廷大开科举，欲网罗天下人才。蛰伏了大半辈子的董文广立即涉足科场，终于在宋真宗大中祥符二年（1009年）明法科中选。不过旧志得展，他却作出一个令人费解的行为——三拒朝廷征召，毅然放弃做官机会。

原来，文广自感年事已高，认为比

龙湖护村

龙湖之畔，马头墙勾勒出美丽的屋宇轮廓，倒映于湖中，如诗如画。龙湖位于流坑村西侧，由七口由南而北，紧密相连，绵延如龙的池塘组成，故得名龙湖。它与流经村东、北面的乌江一起，将流坑环抱其中，宛如护城河。这既使得这个村子不怕干旱洪涝等自然灾害，也有利于居住与农耕，有利于子村的保卫与防御。

摄影／叶林生



经营，从此蒸蒸日上。到了第四、五代，竟出现了“五桂齐芳”的盛事——在宋景祐元年（1034年）这一年，流坑董氏一门父子、叔侄、兄弟五人同中进士。徐霞客所见到的“五桂坊”，就是为了纪念这个数百年难遇的科举奇迹而建的。可惜后来雨打风吹，历经劫难，如今的五桂坊，仅剩下石砌拱门一道了。



流坑的“圆明园”

这是流坑“董氏大宗祠”的残迹。“董氏大宗祠”又名“万殊一本堂”，是为了纪念流坑董氏的开基祖董合而建，曾经是三进重檐的宏伟建筑，毁于民国时期军阀混战，现仅剩几根石柱立于旧址之上，巍然肃立，傲视苍穹，后人将之称为流坑的“圆明园”。

摄影／李辉煌

“无孔不入”的鞭策之法

五桂坊已旧貌难觅。不过却有座状元楼可供瞻仰。这是全村最高的建筑。始建于南宋，方形，底下有东西向的门，是古时出入村子的主要通道口。

顾名思义，这是为了纪念流坑董氏出身的状元而建。他就是宋高宗时期的“恩榜状元”董德元。正阁门楣上，有“状元楼”三字匾额，据董氏族谱称，乃是董德元的同科进士、五甲第九十名的朱熹题赠。

有趣的是，当年徐霞客途经流坑，对五桂坊专费笔墨记载，却对荣耀更高的状元楼只字未提。这或许与董德元生前的一次政治选择有关。

董德元属于流坑董氏第八代。自“五桂齐芳”的盛事后，族中多有父子、兄弟联科的盛事。但德元这一家人却很不走运。其祖父、父亲均热衷于功名，却屡试不第。这对于德元来说，从小就是一个极大的刺激。于是他发奋读书，决心为家人争回这一口气．

20岁那年，董德元乡试夺魁，一举成名。然而万万没想到的是，此后二十年，他却在礼部的会试中屡屡挫败，从得志的少年，渐渐变成了落魄的中年。直到49岁那年，屡试不第的他才以特恩奏名，当了个道州宁远（今湖南宁远）主簿的小官，被时人讥为“老榜官”。

52岁那年，即绍兴十八年（1148年），董德元参加了人生中最后一次会试。这一次时来运转，竟一举中第。在皇宫大殿之上，其策文更是被宋高宗赵构大加赞赏，欲钦点为第一。只因德元之前已被授予官职，不符合宋制对状元出身的要求，才不得不改为第二名，但赐“恩例与大魁等”，时称“恩榜状元”。

就这样，董德元成为永丰县（注：流坑原属于吉州府永丰县，在南宋绍兴十九年划归抚州府乐安县）的第一名状元，与北宋大文豪欧阳修一起并列为永丰的骄傲，这个县也因此被称为“欧董名乡”。为了彰显这个荣耀，永丰县和流坑村都修建了状元楼。

不过，或许是因为潦倒半生，功名来得太过不易，董德元抓住机会一心往上爬，竟依附起了当时把持朝政的太师秦桧，虽一时权力在手，炙手可热，但在秦桧死后，却被以“秦桧同党”的罪名而罢官，死后甚至不能入乡贤祠。这或许也是徐霞客后来避讳讲状元楼，却大谈五桂坊的原因所在吧。

尽管如此，董德元仍缔造了流坑历史上科举和仕宦的最高峰。以科举

从宋初到宋绍兴十九年（1149年）乐安置县以前境内共出进士52名
其中流坑董氏有21名，占40%
又有解试举人72名，流坑董氏有47人，达65%



状元楼
全村最高的建筑
图中是村中著名的纪念建筑——状元楼，位于村中棋盘街旁，坐西向东，既是古时从陆路进村的入口，又是村中最高的建筑，体现了状元楼在全村中独一无二的地位。状元楼始建于南宋孝宗隆兴元年（1163），是为纪念南宋绍兴十八年（1148）恩榜状元董德元所建，现存建筑为咸丰十年（1860）重修之物，但平面布局仍为旧制，为两层重檐楼阁式建筑。
摄影／李辉煌

兴族的流坑董氏，不仅为德元修建了状元楼，陆续修建的“宰相状元坊”、“文武魁元坊”、“子男封爵坊”、“三元坊”等，均与这位状元有关。

为科举入宦者修建纪念性建筑，乃是流坑的一个传统。五桂坊、状元楼均是其中代表。这些楼、阁、坊等，重要的往往建于关键地界，以便于彰显荣耀，为的不仅是表彰先人，更是激励后辈，营造出鼓励科举的氛围，此乃流坑董氏崇文兴学的重要手段之一。

除了状元楼，翰林楼是另一座惹人注目的纪念性建筑。表彰的主角是明代翰林编修董琰。在流坑科举历经元代百年的低落后，董琰是通过科举之路走进官宦之途的第一位显赫人物。他曾入翰林院，参与《永乐大典》的编修，后又任国子监司业等职，担任永乐皇帝第三子赵王之师。于是这小小一座翰林楼上，竟集合了明东阁大学士杨士奇等众多名人的题书。它彰显着流坑的人脉与影响力，也在明清时期激励着族中子弟孜孜求学，勇攀高峰。

除了大张旗鼓的纪念性建筑外，鼓励功名的匾额和楹联，在流坑更是不胜枚举。此外，家族还有其他的“软性”激励措施。比如据族人在万历十年（1582年）的统计，流坑当时有26座祠堂，每座祠堂的牌位分为两种——本祠的祠主和两边的“附享”。而能够享受“附享”资格的，开始仅有登科入仕的官宦。而在家族的修谱活动中，则专门辟出“名位表”、“乡贤录”、“人物传记”等，来收录历代董氏圣贤的科举成就或劝学、助学事迹。

种种手段和苦心，其他家族并非没有，但不惜血本而做到“无孔不入”者，流坑董氏乃佼佼者。流坑董氏，本是单姓家族聚族而居，“血脉”相承；又坚持家族教育，薪火相传，“道脉”不断。“血脉”与“道脉”互补，生生不息，让这个家族突破“君子之泽，五世而斩”的命运诅咒，得以千年不散、不衰。

就在两宋时期，流坑董氏即达到了科举仕宦的第一个巅峰期。三百年间，其进士及第者有26人，其中北宋18人，南宋8人。我们还可以来做一个统计——据清同治时期《乐安县志》载，从宋初到宋绍兴十九年（1149年）乐安置县以前，境内共出进士52名，其中流坑董氏有21名，占40%；又有解试举人72名，流坑董氏有47人，达65%。近200年来，乐安境内科甲半数为董氏所占，可谓比例惊人。

一个家族，自成一所学校

尽管以科举兴家，但流坑董氏也并非仅以举业成败论英雄。有些致力于举业，但一生未第之人，也会被录于族谱中，以表彰他们的奋斗精神。



还有一类人，无意仕进，但热衷于家族教育，族谱专立《遗英传》加以表彰。

仕途狭窄，功名难求。即使对于流坑董氏这样的科宦大族，落第者仍是占了大多数。其实这一批人，对于流坑家族事业的发展，也是大有功劳的，活跃于南宋中期的流坑“道脉之宗”董德修就是一个代表。

董德修是一个科举上彻头彻尾的失败者，甚至连秀才这样最初级的功名，都没能获得。不过幸运的是，他得到了著名理学家曾丰的赏识。南宋初年，曾氏从永丰的松江迁来，居住于与流坑村相邻的板桥村中，曾丰即是板桥曾氏第二代。德修年轻的时候曾住在板桥，向曾丰求教。曾丰非常赏识这位后生，不仅把妹妹嫁给他，还把他介绍给了此时正在金溪（今江西省抚州市金溪县）讲学的理学大师陆九渊（号象山）。成为陆九渊的入室弟子后，德修跟随师父前往鹅湖寺（位于今江西省铅山县鹅湖山北麓），与另一位理学大师朱熹展开了一场辩论。这就是中国哲学史上影响深远的“鹅湖之会”。

亲身参与了这场盛事，德修深受震动，愈发潜心于陆九渊的心学之中。而另一方面，由于在科举上屡试不第，他干脆放弃举业，教授于乡里。一时之间，从之者甚众。跟着他学习的人，其后不少德成名立，于是德修也名噪天下，被门人尊称为“心斋先生”，而族人则尊其为流坑董氏的“道脉之宗”。为了

“旌表节孝坊”
流坑的“孀声懿范”

流坑村中的纪念性建筑除了张扬科名外，也会表彰道德模范。图中右侧的“旌表节孝坊”，即是晚清时期为纪念张、陈两位贞节妇所建。张氏年轻守寡，收养次侄董金鳌为继子，历尽艰辛将其抚养长大，为其娶妻陈氏。然而在获得登仕郎的功名后不久，金鳌却英年早逝。于是张、陈婆媳二人矢志守节。经族中绅士推举，乐安知县申文请朝廷旌表，于光绪二十一年（1895年）建造此坊。
摄影/叶林生

纪念这位布衣儒士，族人还在流坑修建了“道学源流坊”。

在群星璀璨的流坑科举功名簿中，董德修并未占据一席之地，但他却以“先生”即老师的身份，留下自己的深刻烙印。在流坑，一大批举业失败但饱读诗书的儒士，构成了流坑家族教育的生力军。比如状元董德元的父亲董奖，也是在屡试不第之后弃举业而教授乡里的。正是在他的悉心栽培下，董德元从小就受到了良好的教育。

科举失败的读书人，无论是从素质还是时间、精力来看，都是董氏家族教育最得力的生力军。而那些科举成功之人，也会于退休或辞官后，成为师资队伍的补充。比如明代流坑的“规划师”董燧，就是从南京刑部郎中的任上辞官归乡。而在归乡的 23 年之中，他无一日不讲学，还在流坑创办了“圆通会”来聚徒教授。

书院自己办，教师自己出，流坑董氏的族学教育，形成了一条完善的链条。

当然，要支撑这一切的运转，还离不开钱。流坑董氏并非祖上豪富，其第一所书院桂林书院，乃是董文广等人以倾家荡产的代价来创办的。而当科举仕宦之路被打通之后，一个良性的循环模式开启了。有宋一代，读书人地位尊崇，官俸极丰，朝廷又奉行“不抑兼并”的政策。因此一旦由科举而入仕，就可能发家致富。比如据董氏《镜山房谱》记载，南宋咸淳七年（1271 年），董定德中进士，任吉州司法，以“享禄丰厚”，在短短数年间就做到了“家雄于赀，田连村陌，山林川陆，跨有邻疆”。

优秀的家族教育耗资巨大，但其成果也十分丰硕。正如学者张发祥在《流坑族学教育考察》中所归纳，“以族产促科宦，以科宦促发展，强宗固族的生存模式”，这是流坑董氏在两宋时期长盛不衰的秘密之一。

不过到了元明时期，董氏家族开始面临艰难的处境。

读书人的生意经

如果要把流坑科举仕宦之路画成一条曲线，那么元代一定是最低点。有元一朝，科举不振，朝廷对“南人”尤其苛刻，这直接导致流坑文运大跌。整整一朝，竟只出了举人一名。再加上流坑人曾加入过文天祥的抗元斗争，招致元兵对村子的烧杀抢掠，家族教育也因此遭受重创。

入明以后，朝廷开科取士的力度虽逐渐恢复，但与宋朝读书人地位之尊崇、官俸之丰厚相比，仍是黯然失色。流坑董氏单纯走“科宦——族产”的互动发展模式，已难以为继。

耐人寻味的是，在这样不利的局面之下，流坑的家族教育却在明代攀到了一个新高峰。

仅就书院来看，宋元时期，这里仅有桂林书院、子男书院等几座书院，但到了明万历年间，据董氏族谱记载，村中已有书院 17 所、精舍 2 处，呈现出一种井喷式的繁荣景象。

流坑现存最大最完整的书院——文馆，就建于明代中晚期。文馆在董氏大宗祠旁。整整三进，前面还带一个小庭院。这三进，自下堂而上堂，地面逐渐抬升。据说这寓意着学业循序渐进，读书人逐步登高。



流坑人的“奖状”

流坑村内，匾额题词随处可见。图为其中几处匾额楹联所拼出的图案，硕大的“进士”二字曾令门户生光，翰林、英才等字亦是荣耀的证明。通过匾额题词，宣扬崇文重教的价值观，此乃流坑董氏激励科举仕宦的手段之一。

摄影/李辉煌 王庆华

文馆
祭祀与书院“二合一”

建于明代中晚期的文馆，是流坑保存最为完整，规模最大，最为古老的书院，集读书、讲学、祀祖、敬贤、藏书多种功能于一体。其主体建筑有三进，图中为第三进“上堂”，面积较大，重工装修，乃供奉祭祀的场所。其装饰繁复精美，在屋顶、屋檐、梁坊各处均有雕刻、彩绘，显得堂皇华丽。
摄影 / 李辉煌



供奉大儒董仲舒等先贤的“敕书楼”，重工装饰，彩绘梁栋，体现了文馆在书院之外的又一重要功能——祭祀。

天花藻井依旧色彩鲜亮，据说自学馆建成之后就没再动过，但不积灰尘、不留蛛网。

西汉大儒董仲舒石刻画像。流坑董氏尊董仲舒为始祖，但此血缘关系并无可靠的文献证明。

上堂顶棚处，有一六角形天花藻井，花草鸟兽，名人诗句，透雕十分精美。第一次见到，着实惊诧。因为按照既往认知，藻井这种装饰，多少有些神圣意味，一般仅在宗教或者帝王的建筑中运用，而且往往位于宝座、佛堂上方，以彰显此处的尊贵。一个家族书院，竟用到藻井，一时打破了我过去的印象。当然，这里并不是寻常的家族书院。它还兼有祭祀的功能，上堂就是祭祀的场所，供奉着祖先董仲舒，以及乡贤、名臣的牌位等。

这样的“多功能”书院，在流坑历史上当不止这一所。而众多家族书院要修建并维持运营，耗资必然巨大。

但明清的流坑董氏，的确不差钱。

就像数百年前抓住了大宋崇文重教的时机一样，从明代起，流坑董氏又抓住了江西商业的黄金时代。

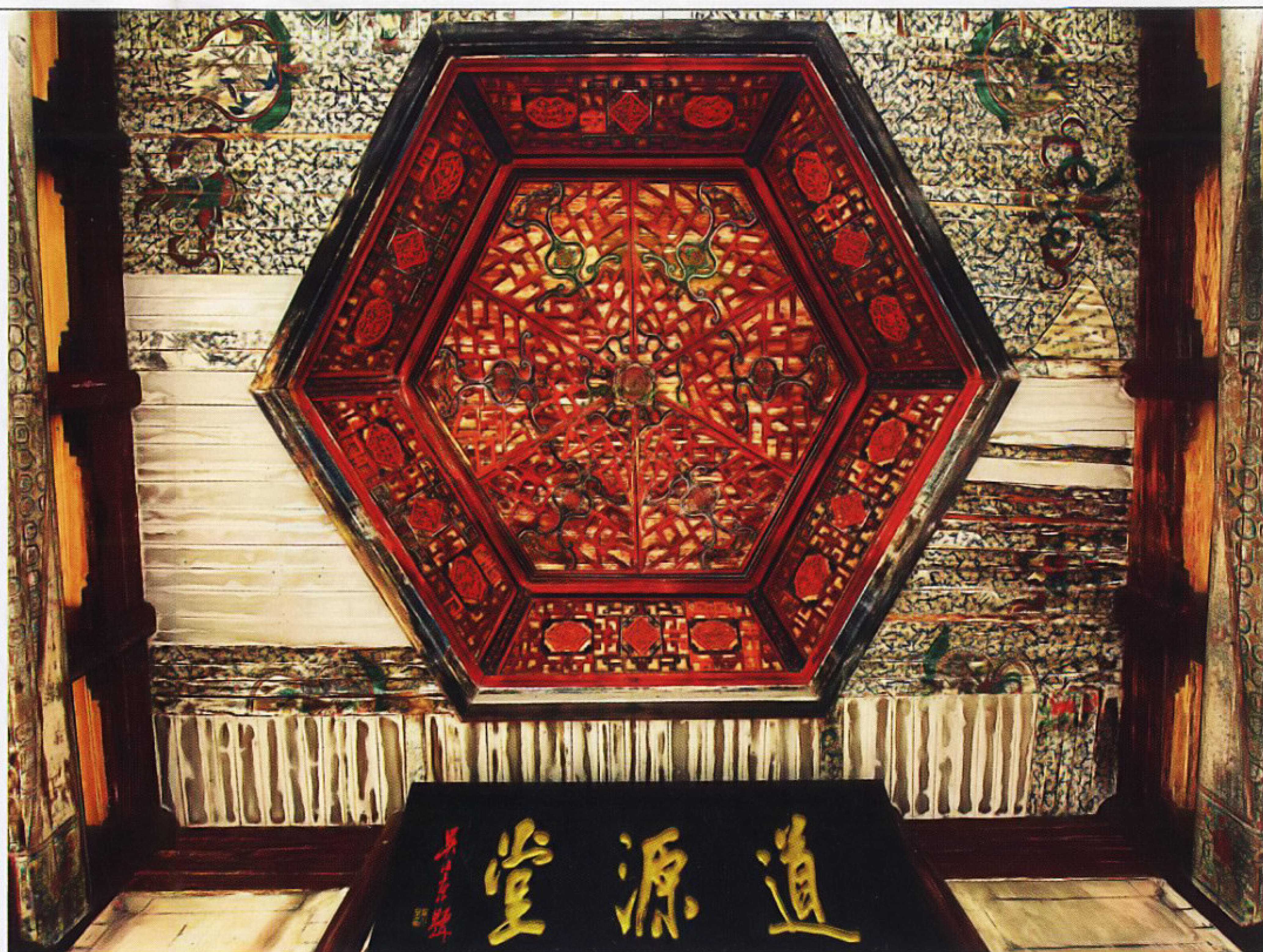
明代，由于倭寇对东南沿海一带的骚扰，赣江—鄱阳湖航线的重要性不断提升，江西商业为之大盛，最终形成了实力雄厚的“江右商帮”。而在这条铺满黄金的航线上，流坑村恰位于赣江上游乌江河道由湍变缓、由窄转宽处，又是县邑的水陆要冲。占据地利之便，又凭借强大的宗族势力，流坑董氏逐渐把持了乌江上游的竹木贸易，成为江右商帮的重要组成部分。如今村子还有七个码头，当年繁盛的竹木贸易，便是由这些码头入村出村的。

顺着乌江水，财富滚滚而来。但这些钱，乃是个人所得，如何让暴增的财富，对整个宗族发挥最大效用？流坑董氏的领袖们算起了一笔精明的帐。


一个巨大的突破，在祠堂里实现。明嘉靖年间，辞官回乡的董燧，与董极等人一起向族人倡议，原址重建不久前被农民军焚毁的大宗祠。新建的大宗祠，除了主体的三进建筑外，两侧还建有四堂，其中一堂叫做“彰义堂”，专门祭祀那些慷慨捐金的族人。

据董氏族谱记载，其具体做法是，凡捐白银十两，或者捐的田地价值相当于白银十两，就可以送一个“灵牌”入“彰义堂”祭祀。如果是二十两，则可以夫妇同祭。此例一出，富裕族人纷纷割地、捐银，以求把自己的直系先祖送入“彰义堂”，后来甚至出现人尚活着就通过捐银而入“彰义堂”祭祀的“生祭”现象。大宗祠此例一出，底下各房支祠堂也纷纷效仿，制定了捐银附祭的条例。

此外，族人集资兴学，也让家族获得巨大族产。比如清光绪年间，双桂房的董昱盛、董接奇等人，就组织了一个“养正会”，捐资买房置田，以田产收入来资助教育。这些集资办学者多为富商，而房族也会给予他们相应的荣誉和鼓励。而有的官商，光是个人捐资，就足以让整个房族受惠，比



藻井是如何“自净”的
这是左页文馆上堂顶棚的天花藻井。中部有雕工精致的花鸟、名人诗句等，周围则是透雕的各式图案，十分精美。数百年来未经打扫，却一尘不染。探其原因，一方面是藻井两檐南高北低，形成一个对流通风口，即使无人打扫，顶部的漩祸气流也有自净能力；另一方面则与用料——樟木有关，这种木材本身就有驱虫的功效，所以这里连蛛网也未曾结起。
摄影／王庆华



“重工”的供桌腿

这是流坑一户人家的供桌腿，其上浮雕剔透生动。仅仅这样一个局部，其雕刻之精细、繁复和华丽，就足以彰显流坑董氏的实力。现在流坑遗存多为明清之物。这个时期，流坑的重心由科宦向商业转移，其建筑的富丽精致，正是江右商帮财富和品味的见证。

摄影／叶林生

凡捐白银十两，就可以送一个“灵牌”入“彰义堂”祭祀
如果是二十两，则可以夫妇同祭
富裕族人纷纷割地、捐银
以求把自己的直系先祖送入“彰义堂”

如董学文建亦简书院，就属于个人出资。

商人获得了地位和尊敬，家族则聚集了族产。于是这董氏家族的族产，就如滚雪球一般，越滚越大。明万历年间，学田、祭田等总数已达 1000 余亩。丰厚的族产，相当一部分被用于家族教育。比如清光绪年间的双桂公房谱便不惮其烦地规定：“蒙馆，给学俸六百文；经馆，给学俸贰仟文，未赴考者或作起开讲，只给钱一千文。副课，给学俸一千文。县试，初场给钱二百文，复试每场加钱一百文。生童赴考甄别，每名三百文。府试，初场给钱一千文，复试与县同。道试，初场给钱一千文……”随着科举级别的层层递增，经费的支持力度也逐级上升。

可以说，明清流坑董氏，摆脱了宋时以田产供科举，以科举促田产的模式，通过商帮经济来促进宗族教育发展。显然，从物质层面来说，这一转变，使得家族教育的基础更加牢靠了。

东方不亮西方亮

明嘉靖年间，董燧重新规划流坑村时，用七条横巷与一条纵巷把村中的民居分开，族中八房分巷而居，把宗族意识融入到村落规划中去。如今这整齐的格局虽已逐渐变化，但流坑董氏血脉不断，许多人仍住在村中。

有些民居是被特别标识出来的。比如“村中村”大宾第，乃村中最气派豪奢的建筑群，原占地 2300 平方米，现存建筑主要是“务德”、“务滋”、“务本”、“务修”、“务贵”五宅。墙体相连，青砖灰瓦，甚是大气。

这是清道光年间村中巨商董钟山一族的住宅。在这个以文教为耀的古村，最好的民居建筑，却是富商的家宅。

其实董钟山一家，原本也是拼了命想走科举仕宦之路的。董钟山有五个儿子，由经商而致富，五子又诞下 22 孙。他们一方面经营家业，扩大家产，一方面也购房置地，培养子孙走科举仕宦之路。但子孙科考次次不中，最后还是得继承家业，继续经商，并依靠经商的财富，捐得了功名地位，侪身于官绅之列。

明清时期，流坑董氏对家族教育



富商董其寿的功名梦
这是流坑应宿第的坊门，威重庄严，颇有气象。这原是明代曾任重庆大足知县的董极之宅，后家道中落，被清代村中大富商董其寿买下。董其寿保留了宅子原名“应宿第”。“宿”指天上星宿，古人认为北斗星座是文运的主宰，如果能应此宿，就能够金榜题名。从宅第名的保留，可见富商董其寿内心深处的功名追求。
摄影/揭钢

有清一代，清廷实行捐纳制度
流坑董氏经商致富之后，往往通过捐纳就可获得官绅身份
这对那些苦修举业的儒生
冲击不可谓不大



傩舞的教化
流坑古戏台上，村人正在表演傩舞。这是流坑董氏世代相沿的娱乐节目。每逢有添丁、娶妻、嫁女等喜事，董家人都会去傩神庙请来傩神和傩班。除了酬神和娱人外，表演中宣扬的忠孝节义等伦理道德，也是一种润物无声的教化。
摄影/揭钢

投入颇丰，科举成绩却一落千丈。明代，尚有进士两名，举人三名；清代，仅有赐同进士一名，举人两名。

有些人把此种现象归咎于商业的影响。货殖致富，许多人因此弃文从商，尤其是有清一代，清廷实行捐纳制度，流坑董氏经商致富之后，往往通过捐纳就可获得官绅身份，这对那些苦修举业的儒生，冲击不可谓不大。

不过需要指出的是，获取功名人数的减少，并不能与流坑文教的衰落直接划等号。尤其是有明一代，尽管科举不复往昔之盛，但流坑董氏的文化和社会影响力，却依旧强劲。比如董燧、董焕、董极等人，追寻王阳明心学，董燧更拜于阳明弟子、泰州学派创始人王艮门下，使得流坑成为“江右王门”的重要据点之一。

明朝，科举考试仍以程朱理学为准则，流坑诸儒却醉心于追寻思想解放的陆九渊、王阳明心学，难免有些不合时宜。举业出现滑坡，不能不说，这是其中原因之一。但从另一个角度来看，流坑家族教育，已开始呈现出超脱的一面，即部分摆脱了科举教育的限制。另外，明代流坑的“蒙养”教育，也受到了前所未有的重视。进士董时望，就曾用极通俗的话语，为族中儿童编写儿歌《读书好》。其实相比科举这样的精英教育，“蒙养”教育对于整个家族文化素质的提升，更具意义。

明清时期，流坑董氏的文化事业成就斐然。仅以著述成果来看，明代中后期，董燧有《圆通答问》、《五经答问》、《临汝源流考》等，董裕有《董司寇疏草》、《董司寇文集》等，董极有《私淑录》等，董润有《诗经注疏》、《大明统一志略》等。厦门大学徐雅芬作过一个统计，1989年新修的《乐安县志》，共收入该县明人书目73人127种，仅流坑董氏就有16人38种，分别占了20%和30%。此外，董氏在人才培养上，也呈现出花开多枝的局面，除了仕途、商业，医学、堪舆、艺术等领域也硕果累累，明代董君和、清代董祖奇等，都曾经担任过太医院的御医。



在流坑村数次流连，曾看遍各种历史古建，有时也喜欢和老宅内的董家人随意攀谈几句。我总希望从这一脉相承的血脉里，触摸到历史的真实温度。不过如今流坑村的村民，大部分已说不清祖宗的荣耀了。村民们忙着务农、务工，真正称得上文化人的已不多。对于一个曾经的科宦大族、簪缨之家来说，此等落差，不可谓不巨大。

近代以来，水运让位于海运，而且铁路、公路的兴起，也导致传统的内陆水运事业一落千丈。再加上乌江水位下降，航运功能完全废除，这个乌江上游的古村落，似乎被日新月异的现代世界抛弃了。另外因为交通不便，其旅游业也迟迟没有起色。

文馆奎星阁院落内，有一株明代的金桂花树。树干中间都已枯槁，只剩下了一层皮。2002 年，乐安县对文馆进行建国以来的首次修缮。那时正值春暖花开之际，这株已死去很久的桂花树，竟然抽出了新枝，一年之中，两次开花。满园之内，又闻金桂飘香。

蟾宫折桂，金榜题名。每次董家人说起这个奇迹，眼中总闪烁着希望的光芒。

雀（爵）鹿（禄）蜂（封）猴（侯）

这是明代民居怀德堂天井照壁上的“雀鹿蜂猴”砖雕，谐音为“爵禄封侯”。金榜题名，出将入相，是流坑人延续千年不变的梦想。直至今日，崇文重教之风仍不绝如缕。

摄影／李辉煌

责任编辑／马赛屏
图片编辑／陈敬哲
版式设计／刘扬

法国吉美国立亚洲艺术博物馆

丝路两端的浮沉

撰文／玉垒关　供图／TPG

对中国人来说，巴黎市内的这座博物馆，比卢浮宫更值得一去。

Musée national des Arts asiatiques-Guimet



这里有
中国文物两万多件

这是西方收藏亚洲文物最多的博物馆。目前，该馆馆藏亚洲文物5万余件，近半数来自中国。其中国展厅分“远古中国”“古典中国”“佛教中国”三个部分，涵盖了上下七千年的中国艺术，品类全，成体系，规模惊人。

曾有法国历史学家总结第一次世界大战的起因时说，仅仅就为了法国在殖民地获得的那点“微不足道的好处”，德国就嫉妒得不惜伏尸百万。而今天，当我们来到距巴黎艾菲尔铁塔不远的吉美博物馆，看到那些来自中国的吉光片羽、零圭断璧时，怎能不想到，眼前的这一切，便是所谓“微不足道”中的九牛一毛。

吉美博物馆，馆藏中国文物两万余件，不仅以其数量、质量，更以其收藏的全面性和系统性，傲视全欧。说到中国文物的流散问题，这里必定绕不开。

汉学家伯希和带走了敦煌藏经洞的“全部精华”

吉美博物馆的全称，是法国吉美国立亚洲艺术博物馆，它原本只是一家展示古代埃及、希腊、罗马及亚洲等地宗教文化的私人博物馆，由里昂工业家埃米尔·吉美（Emile Guimet，1836-1918）于1889年建立。就在建馆之前的1885年，中法战争结束，清政府被迫签订一系列不平等条约，导致中国西南门户顿开，中南半岛诸国沦为法国的殖民地。柬埔寨华人铁戈的自传体小说《湄河逐浪》里有个细节说，当时柬埔寨的每条溪流都被编了号码，以便向法国殖民者纳税。

可谓应时而生，吉美博物馆不仅有来自整个中南半岛的文明瑰宝，日后更是成为亚洲地区以外全世界最大的亚洲艺术博物馆。这让人想起现任馆长苏菲·马卡瑞乌女士所言，“一座博物馆不应仅仅被它的历史和初创时期的藏品所限制……历史是在演进的，我们仍然沿用埃米尔·吉美的名字，是因为我们心存感激……但吉美本人并不等同于吉美博物馆，还有许多伟大的名字，可以在吉美博物馆的历史上书上一笔。”这其中，就包括享誉欧美汉学界的“中国通”——保罗·伯希和（Paul Pelliot，1878-1945）。

中国人看待伯希和的态度，一向判然两极。褒扬他的，如傅斯年，称“此君固中国以外全世界治汉学者奉为祭酒者也”，胡适也说“伯希和是西洋治中国学者的泰斗，成绩最大，影响最广”。相反，贬之者亦甚众。1935年1月20日，《北平晨报》曾刊登了一封题为《我国



法国吉美国立亚洲艺术博物馆 前身是实业家埃米尔·吉美建立的私人博物馆，于1889年正式向公众开放。该馆于1927年被法国政府收归国有，随后从法国博物馆总部陆续接收了一大批藏品，包括汉学家保罗·伯希和与爱德华·沙畹等人在中亚和中国的探险所得、印度支那博物馆的部分珍品以及法国考古队在阿富汗的发掘成果。1945年，吉美博物馆又接收了卢浮宫收藏的除两河流域及伊斯兰文明以外的全部亚洲文物，最终使该馆成为亚洲地区之外全世界最大的亚洲艺术收藏地。

该馆1月1日、5月1日和12月25日关闭。除周二外，每天营业时间从10点到18点。公众假期前夕提前闭馆。联票全价11.5欧，18岁以下免票，18-25岁享受8.5欧的折扣价。

学术界反对古物运英展览》的公开信。王力、李碧芸、林徽音、金岳霖、朱自清、周培源等学者，在信上联名，提及伯希和时措辞相当严厉，称“今若欢迎伯希和参加此项挑选工作，不免前后歧视，自贬其尊严”。

当我回头翻检伯希和的一生经历时，脑中时常会回荡起菲利普·佛朗德兰（Philippe Flandrin）的一席话：“他们是梦想家，富有魅力又让人胆怯，他们身上因为疯狂、残暴和野心而散发出魅力。”这是菲利普在为伯希和做传时，对西伯利亚悍匪谢苗洛夫的评价，放在伯希和身上，恐怕亦无不可。

将时间拨回到1906年的6月15日吧，这一天的伯希和，对即将开始的旅程满怀期待。他与军医路易·瓦莱特（Louis Vaillant）、摄影师查理·鲁挨特（Charles Nouette）一起从巴黎出发，乘火车经莫斯科和塔什干，进入新疆。首站是喀什。当年，玄奘赴印度取经，回程中越过帕米尔高原，途经喀什，到达了一座叫乌什－买拉万的高山。1350多年后，伯希和手持《大唐西域记》，按图索骥，找到了玄奘所说的“疏勒（喀什）国南有大山，山多龛室”之地，只是佛龛依旧在，僧人无觅处。冥冥中，似有神力相助，因为玄奘法师曾说，“印度证果人多运神通，就之栖止”——只有得道的修行之人施以神通，才能到达佛龛隐修。

比伯希和更早来到这里的英国人斯坦因，选择了放弃。斯坦因遥望佛龛后，不敢冒险，摸着鼻子走了。而俄国人彼得罗夫斯基，是从悬崖峭壁上顺着绳子爬进了龛室，充分展示了一把战斗民族的大无畏和蛮力。法国人伯希和是最后一个来的，他，架起了一个滑轮。然后，将自己升到高处，看到了中央洞窟墙壁上的白色粉饰，以及没有头的佛像。他认为，是新疆后来狂热的穆斯林割走了佛头。之后，他和他的团队在这里进行了两天的发掘，但除了佛像残片以外，几无所获。



创始人不是中国文物的追随者

吉美博物馆的创办人埃米尔·吉美，是个腰缠万贯的实业家。他毕生周游列国，以搜集古代宗教艺术品为嗜，对中国文物，其实并没有给予特殊偏爱，兴趣甚至不及对日本。如今吉美博物馆馆藏的中国艺术品，绝大部分系该馆被收归国有后，陆续从法国博物馆总部、卢浮宫等机构或个人手中接收而来。

从饱受沿途国王礼遇的玄奘
到满怀停战希望的鲁布鲁克
再到肆无忌惮、满载而归的伯希和
反映了中国和法国
这丝路两端的浮沉易势，沧海桑田



汇聚中国古玉精品
吉美馆藏的中国玉器，时代贯穿新石器至明清。其中最珍贵的，是法国北方铁路公司医生吉斯莱于1933年捐献给卢浮宫，后转至吉美博物馆的67件中国古玉。这些玉器系吉斯莱经古董商卢芹斋之手购入。上图是吉美馆藏的一块用和田碧玉雕琢的战国玉龙。周身饰谷纹，有填埋痕迹和微微钙化的地方，推测可能为配饰。
摄影／风烟寂空

接着，伯希和向东，在300公里以外的图木舒克扎营，至是年深秋，共获得数百件文物，包括佛头、菩萨头、神像头及袒胸露乳的男女上半身像，等等。这次发现，日后都成为吉美博物馆的骄傲。今天，在博物馆二楼的“佛教中国”展厅里，最引人注目的，就是伯希和带回的这批犍陀罗风格佛教艺术品。

犍陀罗，有人称其为希腊式佛教艺术。早期的佛教艺术，多以菩提、佛足印、一叶一花来表现佛的形象。大约在公元一世纪，南亚次大陆的佛教徒开始接受希腊造像的影响，以极富欧洲人面部特征的形象，来再现佛的形象，即犍陀罗风格。这也是中国佛像艺术的源头。


吉美博物馆的图木舒克犍陀罗风格造像，艺术价值极高，更重要的是，它们均系伯希和考古队发掘出土。意义有二：其一，考古发掘的文物，有完整的地层学信息，能为断代提供更可靠的依据。其二，这些年来，对犍陀罗艺术造像的征集和拍卖，其真伪时有质疑和争论。不仅有水平高低的因素，更因为牵扯利益，人心难断，而真假莫辨。故有人说，其他博物馆收藏的不少犍陀罗造像，“看似完美，或许只是些可供欣赏的艺术品，其内在的研究价值，却与吉美的藏品无法相比”。

考古队在1906年12月离开了图木舒克。至于原因，伯希和在日记里写到，“冬天已经近了，我们缺衣少穿，只得赶紧上路”。半个月后，他们抵达塔里木盆地的库车绿洲。等冬天结束时，幸运之神又再次眷顾。伯希和在库车河畔找到了《大唐西域记》里玄奘曾看到的画满壁画的寺庙——“阿奢理贰寺”，以及玄奘提到过的一个矿区，后来，还有了更重要的发现——一座幸免于寺庙火灾的藏书楼。据伯希和《考察笔记》记载：“我们还是清理出大量折页残片和完整的折页，以及七八本近乎完整的写本……（这是）一座文学宝库。”如今，这座文学宝库，已然是吉美



不识象尊真面目

这是一件体长近1米的商代青铜礼器，是目前全球所知动物型尊中的最大者。其顶盖遗失，象鼻大部分残缺，鼻部中空，与器腹连通，但考虑整器硕大，盛满酒液后，凭人力恐难倾倒，故推测象鼻未必具备“流”的功能。这件象尊从中国流出的时间已难确定，甚至在上世纪初，一度被法国学者误判为“缅甸或高棉的雕塑”，直到1922年才被纳入“中国雕塑范畴，对其价值的认定过程相当漫长。



四海寻中·法国吉美国立亚洲艺术博物馆

博物馆最重要的组成部分之一了。

第二年初夏，“阿奢理贰寺”的发掘有了重大进展，5 月 21 日这天，队员们发现了几乎完整的婆罗米文卷子。伯希和判断，“用这种尺寸的纸张书写……其价值将不可估量”。而他当时还不知道，就在同一天，沙漠另一端的英国人斯坦因，与一个姓王的道士“一见如故”。王道士给了斯坦因一系列佛经和图书目录。而伯希和本人，也将在半年后到达那里——敦煌。

身为一个汉语纯熟又精通中国历史的学者，伯希和，有比斯坦因更毒辣的眼光。他师从大汉学家沙畹，年仅 22 岁便受聘为远东学校教授。到达敦煌之前，曾三次被派往中国考察，并翻译过元朝周达观所著的《真腊风土记》。这些过往的经历，仿佛都是在为日后的敦煌之行做铺垫，使伯希和得以萃选出那些斯坦因依靠翻译而忽略的更珍贵的藏经洞经卷，以及在语言学、考古学上极有价值的部分，有人甚至说，那才是藏经洞的全部精华。

在敦煌，考古队的三个法国人各有分工，路易负责绘制地图，查理拍摄照片，伯希和则给洞窟编号。他认为有 182 个洞窟值得研究。他给人写信说：“我大概可以为一大批佛窟断代”，是日复一日的拼命工作给了他信心——“洞中卷本未经余目而弃置者，我敢说绝无其有”。

一百年后，对于莫高窟的这个“入侵者”，不论我们的态度是褒是贬，大概都无法否认这样的事实：

伯希和，虽然不是第一个考察千佛洞的人，却是到那时为止，唯一一个读懂千佛洞文字的外国人。

伯希和，是最早对敦煌莫高窟进行编号的人，这种编号目前在敦煌学研究中仍然是无可取代的参照。

伯希和，也是最早对莫高窟进行系统性摄影记录的人。

伯希和，还是最早为敦煌写本编目编号的人。

他晚于斯坦因进入莫高窟，却创造了敦煌学中若干个最早。甚至正是因为其本人和中国学者罗振玉、王国维的交往，才为敦煌学的出现提供了契机。

1908 年，伯希和把敦煌 6000 多卷写本、200 多幅唐代绘画、幡幢、织物、木制品、木制活字印刷字模和其他法器，装满 10 辆大车，运往法国巴黎。

1927 年，吉美博物馆被纳入法国博物馆总部管辖，故而陆续接纳了一大批探险家及收藏家在亚洲考察时获得的艺术品，这当中就包括了伯希和的中国所获。在该馆二楼展出的佛教艺术品中，来自伯希和的藏品占据了相当大的数量，其中观音像约占四分之一，有一幅创作于五代后晋天福八年（943 年）的纸本水月观音，是学界公认最早的水月观音图。画面



它们来自敦煌

吉美博物馆馆藏敦煌文物逾200件，包括绢画、麻布画、塑像、木雕等，绝大多数是法国汉学家伯希和自敦煌盗掘劫掠后带回的。左页图为来自敦煌莫高窟的唐代绢画，表现的是不空罥（juàn）索观世音菩萨的形象。所谓“不空罥索”，是说观世音菩萨以手中罥索救渡众生，其心愿不会落空。上图为同出自莫高窟的唐代彩绘木雕天王像。

文物的外流从兵荒马乱的20世纪初开始掀起高潮
列强们想进就进，想出就出，想拿就拿
我们的国家如若公共之地
而彼时中国的混乱
在吉美博物馆的中国展区可见一斑

将大悲观音和水月观音进行组合，以大悲观音为主，水月观音为辅，图中发愿文甚至清楚地标明了“创此新图”的字样，可视为水月观音这一题材在初创时期的范本。此外，敦煌盛唐时期《阿弥陀西方净土变图》、《普贤菩萨骑象》和《行脚僧像》，皆堪称盛唐艺术影响佛教界的杰作。

在《敦煌千佛洞》一书中，伯希和写道：“在玄奘所处的时代，敦煌是中华文化向西传播的前哨站，将亚洲古老文明与远东地区联系起来。”玄奘身后五百年，十三世纪，伯希和的同胞，勇敢无畏的方济各会教士鲁布鲁克，在蒙古大军压境之际，曾奉法国国王路易九世之命，带着停战的诉求，穿过千山万水，觐见蒙古统治者，后被追溯为中法外交第一人。再过八个世纪，斗转星移，杀伐决断的学者伯希和，又带着玄奘的《大唐西域记》踏上征途，这一次，他带去的却是殖民者的自觉。

丝绸之路上的这三个人，同样是应时而生。从饱受沿途国王礼遇的玄奘，到满怀停战希望的鲁布鲁克，再到肆无忌惮、满载而归的伯希和，反映的正是，中国和法国这丝路两端的浮沉易势、沧海桑田。

千年佛宝

两宋时期，彩绘木雕观音造像的艺术水准之高，可谓空前绝后。但木制品保存难度较大，存世文物色彩大多剥落。而右页图这件收藏在吉美博物馆的北宋观音坐像，圆润饱满、敦厚温和，表层镀金和彩绘清晰可见，实数难能可贵的艺术珍品。下图为该馆收藏的北宋舍利银棺，内中含小金棺、佛骨及水晶遗物。



来自中国古董商卢芹斋的“慷慨”馈赠

今天相当平静，又抓住三个苦力，还在东墙根杀死几个……我方用枪和刺刀杀死十六个义和团和两个苦力。

这段日记，记录了汉学家伯希和仅仅杀了十几个中国人的“平静”的一天。

1900年，伯希和第一次到北京，时值义和团进京，他便以法国公使馆志愿军的身份，参与了对义和团的镇压。是年7月某日，他写下了这段话，此前一个多月，八国联军以保护使馆的名义调兵入京，清政府被迫同意。

亦如伊拉克战争、阿富汗战争期间，国际文物市场上来自这两地的文物交易骤然频繁，中国文物的外流，也是从兵荒马乱的20世纪





初开始，掀起了高潮。列强们想进就进，想出就出，想拿就拿，我们的国家如若公共之地。而彼时中国的混乱，在吉美博物馆的中国展区也可见一斑。

吉美博物馆大发展之时，正值法国作为世界文化中心之际，馆内的陈列因此表现出明显的系统性和完整性。公开展出的中国文物大约有1400多件。单说瓷器，中国展区一进门，便是几件新石器时代马家窑文化的彩陶重器，然后是六朝青瓷、隋唐三彩，再到南青北白（注：南方青瓷北方白瓷）的格局，从两宋五大名窑代表器，到清代粉彩，乍看信手拈来，其实颇有章法，看似争奇斗妍，实则遵循了中国陶瓷发展的脉络，一丝不乱。

这其中最富盛名的，是一件元代的霁蓝釉白龙纹梅瓶。这件器物在卧虎藏龙的吉美博物馆素有“镇馆之宝”之称。元代蓝釉制品传世极少，全世界不过十余件，而这种霁蓝釉白龙纹梅瓶遗世不过五件。吉美的这件釉色纯正、饱满、均匀，且不说艺术成就，单就技术而言，此器标志着高温蓝釉的烧造成功，为明清两代瓷器的大发展奠定了基

它比元青花更罕见

这是一件元代烧制的霁蓝釉白龙纹梅瓶，蓝宝石般的釉面上，一条神龙出水、驾云而腾，气势磅礴。元代是高温蓝釉的初创期，蓝釉瓷器存世量极少，同款梅瓶全世界不足五件。除吉美博物馆外，颐和园与扬州博物馆各有一件。2000年法国总统希拉克访华时，曾专程访问扬州，目的之一，就是一睹与这件同款的镇馆之宝的绰约风姿。



础，意义非凡。

青铜器展区亦不乏精品，最为人乐道的有两件重器：一是商代盛酒用的“象尊”。它身长96厘米、高64厘米、宽45厘米，体型硕大，背部原本可能有方形盖子，现已无存。另一件是西周“令簋”，同样遗失顶盖，口部饰一圈回首凤纹，腹部有钩连雷纹。据说是1929年在洛阳马坡出土的。

书画展区集齐了扬州八怪、齐白石、张大千、溥濡等人的佳作，视觉的冲击仿佛可以转化成听觉，洪钟大吕，振聋发聩。

吉美的中国展厅热闹却井然有序。作为中国人，当我们飞越万里，来到这些珍宝的面前时，很难不去揣测，它们为何会出现在这里，又如何来到了这里。至于答案，恐怕与我们的想象不会有太大出入。馆藏的这两万件中国文物，在进馆之前都经历了怎样的辗转起伏？至今公开的信息仍非常有限。可以确定的是，青铜馆的那件象尊，曾属于原卢浮宫友协会财务总监保罗·伯诺，法国收藏家伊扎克·德·卡蒙多伯爵在1903年6月，花3000法郎将其收购，并捐赠给国家。1911年卡蒙多过逝，次年，象尊正式转入卢浮宫。1945年，法国国有博物馆的收藏被大规模重组，吉美博物馆将其埃及部分转让给卢浮宫，卢浮宫则将其亚洲文物赠与吉美，象尊遂随之易主。

这件可能属于殷商晚期的青铜重器，据传出土于湖南长沙，但已无处查证。一如那件河南洛阳的令簋，流落海外近百年，去时的路，伴随见证者的一个个离世，越来越湮灭不明。

很显然，物的散失，与人脱不了干系。在这场中国文物的世纪劫难中，除了伯希和、斯坦因之流，某些中国商人的推波助澜、兴风作浪也“功不可没”。

不可不提的便是卢芹斋。民国初年，此人以钱开路，视政府的文物禁令于无物，将无以计数的珍宝卖到海外，供有钱有势的欧美人消

被“拐卖”与被捐赠的

吉美博物馆馆藏中国陶瓷万余件，仅法国收藏家Grandidier和Calmann就贡献了其中的6000多件。Grandidier专注收藏宋元至清末的陶瓷，数量庞大、品质上乘。左图为由他捐赠的北宋剔花凤头执壶。下图为原出自河北易县八佛洼的辽代三彩陶罗汉，八佛洼睒子洞内原有一组十余尊罗汉像，1912年后被偷运下山，而今四散于英法美日等国多家博物馆。

摄影/风烟寂空







宫廷气象

明清时期，供宫廷及达官显贵赏玩品用的官造器物，因工艺上乘，色泽鲜妍润泽，且寓意吉祥，一向为欧美收藏家所钟爱。吉美博物馆的明清收藏也体现了这一审美偏好。上图分别为明清时期的玛瑙杯和落有清雍正款的景德镇粉彩御用瓷碗。

摄影／风烟寂空

费。现如今有个词叫“精日”，指那些受国籍和移民政策影响，不能加入日籍，但精神上已经把自己视同为日本人的中国人。放在半个多世纪之前，对卢芹斋的某些所作所为，或许也可以用“精法”来解释。1950年，卢芹斋曾试图入籍法国，最终未能成功。这个法国人的中国女婿，让自己的四个女儿只说法语、吃法餐、穿法式服装，以便成为地地道道的法国人。在捐赠问题上，卢芹斋对吉美博物馆也尤为慷慨。法国汉学家罗拉在《卢芹斋传》一书中，对此记录颇详，不妨一读：

他为博物馆的利益着想，甚至先于他的个人利益。除了带头给吉美博物馆捐赠大量藏品外，他还鼓励其他文物收藏家参与捐赠。吉斯莱博士捐赠的著名中国古玉器就是范例。这套古玉器是卢芹斋自1912年起帮助吉斯莱收集的。卢芹斋本人的赠品构成了吉美博物馆印度雕塑的重要部分，而他捐赠的汉代漆器在西方可谓绝无仅有。值得强调的是，他的捐赠是持续的，从1927年至1950年，他对博物馆的捐赠一直不曾中断。

吉美博物馆的每个展馆都曾获得卢芹斋的慷慨捐赠。他捐赠的两幅明代壁画残片弥补了博物馆三楼圆形展厅中壁画展品的缺憾。“他们最感兴趣的是高浮雕作品，用的是黏土模制，表面鎏金，这是后期中国壁画最有特色的工艺；在此之前法国国家博物馆从未有过类似藏品。”该博物馆1950年10月5日为此项收购准备的文件中有这样一句话。这份材料还记载了卢芹斋捐赠的四件汉代漆器，是他从湖南长沙的所获：“这些捐赠品将填补本馆在中国古代漆器收藏方面的空白。”卢芹斋一并还向吉美博物馆提供了两件越窑陶器，博物馆的捐赠记录上写着：“此类藏品在法国国家博物馆中前所未有。”至于另两件14、15世纪的中国壁画残片，捐出前一直挂在库尔塞勒街彤阁（注：卢芹斋在巴黎收藏总部）正厅里。博物馆文件上记录：“我馆此前收藏的中国壁画只有几幅敦煌



石窟壁画残片，卢芹斋的捐赠正好填补了我馆空缺。”

……

罗拉考证，卢芹斋捐赠给吉美博物馆的藏品不少于55件，但初衷却并不像吉美征集人奥博耶所说的那么单纯——卢“想将历史瑰宝保留下来，流传后世，并与尽可能多的人分享。……博物馆最能帮他实现上述目的”。他对法国这个第二故乡是怀着深厚感情的，除此之外，商人谋利的本质，则决定了他向吉美捐赠的动机，意在自我宣传、招揽客户。别忘了，这是个地地道道的古董商，靠买卖文物发家致富。在一封写给波士顿美术博物馆馆长的信里，卢芹斋便袒露：“如果贵馆愿意接受我们捐赠的字画，将令我公司的声誉深受益处。”

耐人寻味的是，吉美博物馆还收藏着一封王国维写给伯希和的信，从中可知，伯希和与卢芹斋素有交往，二人的结识，源于后者向前者求教，牵线人正是王国维，而王氏与卢芹斋的来远公司也颇有交情。

“考古学家”、“收藏家”、“国学大师”……评论乱世中的人，是非常困难的，这头顶上一个个耀眼的光环，

时尚的螺钿屏风

上世纪二十年代初，装饰艺术开始在欧洲流行，源自古代希腊、罗马、埃及、日本等国的器物或图案，也成为其表现素材。伴随着这股风尚的兴起，欧洲收藏家也开始搜集那些能展现纯粹形式和色彩美的中国艺术品。图为吉美博物馆馆藏的清康熙嵌螺钿屏风。在不同光线的映射下，由螺钿拼成的风景人物图案，会呈现出斑驳陆离的视觉效果，非常符合当时人们追求装饰性的心理。
摄影／风烟寂空



沿丝路来去

公元7世纪，西域的胡人骑驼牵马，为大唐带去了新鲜的物事。其有别于中土的形象，深刻地印入唐人心间，也借由当时工匠烧造的一尊尊陶俑，流传后世。图为吉美博物馆收藏的唐代胡人俑。胡人自西来，竟又“回”西去。

又往往会令人辨不清事件背后的曲直是非，似乎每一桩为人诟病的劣迹，都有当年不得已而为之的理由。但是，人又怎么可能不带着时代、阶级、民族的滤镜，去看待历史和历史人物呢？尤其是当我们面对那些被切成碎块的壁画和被割下脑袋的雕像时，“保护中国文物，使其免受摧残”的辩白，显得尤其无力，且卑劣。

中国成功索回甘肃被盗先秦金箔

讲到吉美博物馆，我最后想说的，是2015年法国送还中国先秦金箔的事件。

上世纪90年代，甘肃省境内的先秦墓地遭到疯狂盗掘。其中一部分被盗文物流散至法国。1994年，时任陕西省考古研究所所长的韩伟，就在法国一家私人博物馆，发现了来自甘肃的盗掘品。

2000年，拥有古琦（GUCCI）、伊夫圣罗兰（Yves Saint Laurent）等品牌的法国大富豪皮诺特（Francois-Henri Pinault），以及大收藏家戴迪安（Christian Deydier），将其收藏的一批先秦文物，捐给了吉美博物馆。此事被馆方刊录在《吉美博物馆1996年至2006年获得馆藏》一书，并附有如下评论：“这些年中国馆藏部分，一个相对缺失的馆藏领域获得了填补，即中国金银器艺术品，这组珍贵的金饰片，很可能出自周朝知名人物的棺椁贴片。”后经国内学者确认，这批总数计32件的金箔贴片，悉数为甘肃先秦墓地的被盗文物。

根据1970年联合国教科文组织制定的《关于禁止和防止非法进出口文化财产和非法转让其所有权的方法的公约》，和1995年的《国际统一私法协会关于被盗或者非法出口文物的公约》，走私文物归还原有国已近共识。2010年，中国国家文物局正式向法国文物和文化部门致函，提出返还走私文物的要求。可问题是，那批先秦金箔已被收藏家捐赠给了吉美博物馆，依据法国法令，除非国会同意，捐赠不得撤销，国有财产不得转让。捐赠者之一，素来以心直口快著称的收藏家戴迪安，对中国方面的诉求颇有微词，他说把金箔直接从法国国立博物馆还给中国，“就像戴高乐承认新中国政府一样，那时在整个西方肯定不是政治正确的做法”。

然而，迫于多方面的压力，法国

责任编辑/郭婷
图片编辑/朱浩
版式设计/刘扬



文化部与吉美博物馆最终还是想出了一个变通的办法。首先，法国政府要求收藏家签署一份具有追溯性的机密合约，撤销藏家对吉美博物馆的这项捐赠，这样一来，金箔就回到了最初的收藏家手中。之后，再借由2015年法国外长访华之机，由收藏家出面，交还给中国文物局。这是中法建交50周年庆典中最引人瞩目的一项活动，却被当年英国《每日电讯报》称为法国的“外交噩梦”。

近年来，中国国内经济文化实力不断增长，因此而产生的文物回流大潮中，与吉美博物馆有关的文物频频亮相，且成交价屡屡石破天惊。比如博物馆创办人埃米尔·吉美旧藏的清道光御制青玉瑞兽钮小玺一套两方，就于2017年苏富比香港拍卖会上，以910万港币的高价，独占头筹。

一叶落，而知天下秋。文物失而复得的背后，反映的何尝不是这一百多年来丝路两端的浮沉易势。我们站在丝路的这一端，遥望另一端的法国吉美博物馆，看到一路的鼓角铮鸣，看到那些基于铁血意志的成败兴衰，不由感叹，所谓继往开来，就是不忘过往，立足于将来。

中国文化的使者？

图为观众在吉美博物馆欣赏中国古代玉器的场景。有人认为，欧美收藏的中国文物，是中国文化向外传播的极佳媒介。西方人对中国文物的渴求，不仅使东方艺术获得极大声誉，也使中国公众意识到了它们一度被忽视的价值。而作为中国艺术在法国的最大收藏机构，吉美每年接待观众数以万计，能够进入人们视线的展品，数量却不及馆藏全部中国文物的十分之一，绝大多数仍然躺在地下库房，深藏不露。
供图 / GettyImages



荇菜

关关雎鸠，在河之洲。窈窕淑女，君子好逑。
参差荇菜，左右流之。窈窕淑女，寤寐求之。
求之不得，寤寐思服。悠哉悠哉，辗转反侧。
参差荇菜，左右采之。窈窕淑女，琴瑟友之。
参差荇菜，左右芼之。窈窕淑女，钟鼓乐之。

——《国风·周南·关雎》

黄花青荇水窈窕

撰文/王晓申　绘画/曾想乃

少时不知诗文中的古人心绪，来不及仔细思量东坡那看似平淡的『但少闲人如吾两人者耳』。却被『庭下如积水空明，水中藻荇交横，盖竹柏影也』的清丽深深吸引。藻大约是水藻，荇应是荇菜，至于荇菜究竟长什么样子，从此也没有深究。也许此后曾数次与它相逢，却相见不识。

1921年，徐志摩经英国作家迪金逊的推荐，以特别生的资格进入康桥大学（剑桥大学）皇家学院学习政治经济学。但在康桥这个自由的天地，徐志摩却抛却一切凡尘束缚，选择了自己热爱的文学。经过欧美浪漫主义和唯美派洗礼的他，更激发起创作意念。自此，他开始新诗的创作，成为了一位真正的诗人。

1928年，徐志摩借第三次旅欧之际再次来到英国。昔日康桥的求学生涯虽然短暂，却是他无比眷恋的精神故乡。然而这次故地访友不遇，迎接他的只有那熟悉的康桥。直到在乘船归国途中，面对辽阔的大海和无际的天空，往日种种历历在目，惆怅思绪飞掠心头。于是，他写下了著名的诗篇《再别康桥》。

“轻轻的我走了，正如我轻轻的来；我轻轻的招手，作别西天的云彩。

那河畔的金柳，是夕阳中的新娘；波光里的艳影，在我的心头荡漾。

软泥上的青荇，油油的在水底招摇；在康河的柔波里，我甘心做一条水草！……”

诗中古老的康河，便是他唯美诗篇的发源地，浮云、金柳、夕阳、青荇，自有一种天然的诗情和浪漫。诗中所写分明是西洋风情的康桥，读来又宛如置身风光旖旎的江南。典雅的辞藻随着清澈的柔波，在这异国的河流上漫延流淌，全然一派浪漫纯真的性情。

可是这位看似浪漫潇洒的诗人，却在诗中婉转地倾诉了他隐秘的内心世界。当我们结合诗人的生平际遇，再来揣摩诗中的情感意蕴，诗人含蓄传达了他对初恋情人的真挚怀念和凭吊旧情的失落惆怅。

早在徐志摩出国前，他的父母便为他包办了与张幼仪的婚姻，张幼仪虽出身书香门第，却是典型的旧式女子。1921年底，她抵达伦敦与徐志摩团聚，然而此时林徽因的出现，令徐志摩萌生爱恋为之倾倒。徐志摩遂以夫妻间志趣、思想不同为由，次年与张幼仪正式离婚，成了民国以来新式离婚第一案。为了实现与林徽因的结合，他决定即刻回国，来年再回康桥。可就在他抵达上海之际，林徽因与梁思成相爱并订婚的消息传来，原本满怀希望的徐志摩遭受了极大的打击。

多年后，在与陆小曼的婚姻感到失望和痛苦时，他选择出国游历并重返康桥。当他再次站在康河岸边，心绪没有往昔的平静。他对人生的单纯信仰，他对林徽因的深沉爱意，他对康桥的眷恋思顾，促成了这首经典之作《再别康桥》。当年意气风发的徐志摩，在康桥邂逅了美丽的少女林徽因，“窈窕淑女，君子好逑”的美好恋情在他心里萌动。然而事与愿违，种种现实阻碍，使这段痴恋落空。诗人的失落和惆怅，隐喻在

“温梦”与“寻梦”中，依稀寄寓着“此去经年，应是良辰好景虚设。便纵有千种风情，更与何人说”的悲慨。在康桥的柔波里，他多想化作一条青荇。

为何徐志摩如此钟情“青荇”这种水草？为何诗中闪现如此古典的文学意象？这是因为这份缠绵和纯真的“青荇”意蕴，来自那古老的《诗经》。

参差荇菜 左右流之

沿着“青荇”这个典雅的文学意象溯源，我们不难发现，“青荇”即《诗经》中的“荇菜”。原来《再别康桥》中这份纯真唯美，是源自三千年前西周时期的浅吟低唱。

“关关雎鸠，在河之洲。窈窕淑女，君子好逑。参差荇菜，左右流之。窈窕淑女，寤寐求之。求之不得，寤寐思服。悠哉悠哉，辗转反侧。参差荇菜，左右采之。窈窕淑女，琴瑟友之。参差荇菜，左右芼之。窈窕淑女，钟鼓乐之。”

这首《国风·周南·关雎》是采自西周时期周南地区的民间歌谣。也是《诗经》中最华彩明丽的篇章。少时读《关雎》，总是沉浸在“窈窕淑女，君子好逑”的旖旎和纯真中。河面盈盈碧波，水鸟关关和鸣，荇菜左右飘摇，淑女涉水采摘。此情此景令男子春心萌动，他以弹琴奏乐的方式，表达对女子的爱慕思恋。这位求之不得朝思暮想的少年，没有失魂落魄，也没有行为放纵，而是在诗中唱出了最真挚的情歌。所以孔子评价《关雎》:“乐而不淫，哀而不伤。”认为那是一种欢乐而不放纵，悲哀但不伤痛的中和之美，一切情感的流露都是恰到好处。

作为《诗经》305首诗歌的开篇，关于《关雎》的主旨，历代学者多有不同理解，莫衷一是：从“歌颂后妃之德”到“谏书说”再到“爱情说”；诗中的君子也有周文王姬昌、周成王姬诵、周平王姬宜臼等多种说法。抛开过往众多的教化涵义，个人认为无论如何，《关雎》首先是一首美好的情诗，诗中的真情实感历久弥香，至今读来仍跃然纸上，给后人留下无尽余味。

《关雎》一诗虽命名为“关雎”，但诗的主题意象却是“荇菜”。尽管《关雎》的篇幅短小，却不妨碍它在中国文学史上占据的特殊位置。因为，中国文学最古老的典籍《诗经》，就是从这关关鸟鸣、参差荇菜开始，而被传唱至今的。

黄花绿叶 碧水窈窕

“参差荇菜，左右流之”、“参差荇菜，左右采之”、“参差荇菜，左右芼之”，在《关雎》中那一唱三叹的

植物小百科

荇菜

龙胆科荇菜属多年生水生草本植物，在《中国植物志》中的正式中文名写作荇菜。荇菜具根茎，呈圆柱形，沉于水中，多有分枝。长枝横走匍匐于水底，短枝从长枝的节处分出。叶片呈卵圆形，上表面亮绿，下表面带紫，基部心形，浮于水面。花序伞形簇生于叶腋，花冠黄色，呈辐射状，具5深裂，裂片边缘成须状。蒴果椭圆形，不开裂。种子圆形，扁平状且边缘有刚毛。荇菜于每年3–5月返青，花期5–10月，9–10月结果。





莼菜

睡莲科莼属多年生水生草本植物，又名：蓴菜、水案板、马蹄菜等。其根状茎具叶及匍匐枝。叶椭圆状矩圆形，浮生在水面或水中，呈蓝绿色，两面无毛，从叶脉处皱缩。夏季抽生花茎，开暗紫色小花，萼片及花瓣条形，先端圆钝。坚果矩圆卵形，种子卵形。花期6月，果期10–11月。

荇菜，仿佛如昙花一现，便再难觅其踪。那么，荇菜究竟是哪种植物，它又藏身何处呢？

荇菜原产于中国，它通常群生于池沼、湖泊、沟渠、河流等平稳水域，在我国大部分省区均产。因其适应性强和繁殖力旺盛，在全球的热带和温带地区都有它的踪迹。荇菜每于初春返青，花期长达半年之久，并在秋季结果。荇菜叶片小巧别致形似睡莲，花多且色泽鲜黄，既可用种子繁殖，又能分化不定芽繁殖。远在先秦时期，它曾是先民的野蔬，根、茎、嫩叶均可食用，口感滑嫩柔软。随着时间的流逝，它慢慢地淡出了国人的食谱，隐匿于山川江河，鲜有人去采撷。直到成为园林绿化中点缀水景、美化水面的水生植物，才重新现身于繁华都市。

除了淑女佳人涉水采荇，文人雅士也喜爱荇菜。公元1170年，陆游在入蜀途中曾泊舟蕲（qí）口（今湖北蕲春）。他与友人泛舟月湖，情到深处，即写下《泊蕲口泛月湖中》："钓丝萦藻荇，蓬艇入菰蒲。"钓竿的垂线萦绕着荇叶，小舟缓缓驶入菰蒲深处，诗人们乘兴吟诗作赋，诗性缠绵直入心头。"自别蜻蜓浦，斯游十载无。"如果，能这样悠游十载，当真是求之不得。

荇菜见证了诗人的喜，同样也见证过诗人的悲。唐肃宗乾元元年（758年）春，逢盛唐毁于安史之乱的国之悲剧，杜甫悲愤地写下了《曲江对雨》："城上春云覆苑墙，江亭晚色静年芳。林花著雨燕脂湿，水荇牵风翠带长。"安史之乱前，唐玄宗数次在上巳节与臣子游宴曲江，水中荇菜见证了盛唐的侈靡放浪。平安史之乱后，唐肃宗登基，唐玄宗被软禁。颓废的杜甫再次来到曲江，此刻的曲江已不复昔日热闹，而水中的荇菜似乎难耐寂寞，还欲招揽清风，与之共话沧桑。杜甫忧国忧民的情思，也悄然寄托在荇菜上。

清香滑嫩 爽口怡人

身为野蔬的荇菜，是最早进入文学作品而传世的植物。早在先秦时期，它就被古人视作美食。那么，古人是如何食用这种美味佳蔬呢？

三国时期吴国学者陆玑考释了《诗经》中的草木鸟兽，并撰写了我国最早的关于动植物的专著《毛诗草木鸟兽虫鱼疏》。他在书中记载了荇菜的食法："鬻其白茎，以苦酒浸之，脆美，可案酒。"以酸味的酢（cù）来浸泡荇菜的嫩茎，脆嫩鲜美，是极好的下酒菜。唐代药学家苏敬在《唐本草》亦有食用荇菜的记载："荇菜生水中，叶似莼而茎涩，根甚长，江南人多食之。"

荇菜多生于清水环绕的水乡，尤其在交通不发达的古代，算得上是少见的特种蔬菜。晚唐诗人唐彦谦在炎炎夏日去水乡访友时，受到朋友的殷勤款待。他在诗中写道："春盘擘紫虾，冰鲤斫银鲙。荷梗白玉香，荇菜青丝脆。"主人盛情待客，席间佐酒佳肴，有河虾、生鱼片、藕带等美食，更有一道罕见的凉拌荇菜丝，令他印象深刻。明代文学家陈继儒，祖籍华亭（今上海松江），他撰写的《岩栖幽事》中写有家乡食用荇菜之法：将荇菜烂煮，称之为荇酥，风味如蜜甘甜，想来馥郁非常。

由于荇菜茎叶清香滑嫩，又富含蛋白质、维生素和有机酸等物质，食法与诸多野菜相似。多以茎叶清炒，或辅以佐料凉拌，观之青翠悦目，食之爽口怡人。如今一些水乡仍有采食荇菜的习惯，或入米粥煮食，或腌制成咸菜，或配鸡蛋清炒。然而最好吃的做法，应是夏季的荇菜花绿豆粥，粳米软糯，绿豆酥烂，花香味甜，清热解暑又止渴，别具水乡的韵味。

生于清澈水中的荇菜，在诗人看来是高洁之物。于是，赋予它诸多美好的寓意，既有赤子的纯粹，也有爱情的浪漫，还有人生的彻悟。南北朝文学家颜之推在《颜氏家训》中寄语子孙："今荇菜是水有之，黄华似莼。"就是教导后人，要效仿水中荇菜，处世有清澈之心。

并非因《诗经》的曲调古老，而疏远了我们与草木的情缘。尽管山长水远，荇菜仍从遥远的西周流传至今。它无惧人情的寡淡，它涤尽岁月的尘埃，于荣枯代谢之中弥见其新。一日，我与它在喧嚣的景区偶遇，碧叶连连，黄花点点，这窈窕的黄花青荇，自带一种静谧悠远，在它面前，仿佛连时间都已静止下来。

民国那些“性”的教育试验

撰文／清平乐

著名导演李安在其经典电影《喜宴》中有一句台词，叫做“中国人五千年的性压抑”，令人颇以为然。不过在程朱理学兴起之前，中国人大致是能坦荡荡讨论性的。荷兰学者高罗佩（R. H. Van Gulik）曾对汉代以来的房中术进行过考察，得出一个结论，两汉时期，房中术被视为严肃医学的一个分支，并不是什么猥亵之行。后来，房中术甚至被与道家的延寿、登仙等联系在一起，成为养生术中的一个重要内容。

不过待到近代西潮冲击之际，中国人已在禁欲的理学思想下，表里不一地生活了近千年，再加上西方全新的性学观念和研究视角，所带来的冲击，颇有点火星撞地球之感。

那位为变法而流血牺牲的戊戌君子谭嗣同，在其名著《仁学》中开始讨论起这“羞羞”的问题。他的观点是中西结合，中体西用，即在中医以“精气说”为核心的身体观基础上，辅以西医的解剖学知识，为此要绘图列说、制作可拆卸的人偶道具，并要“多开考察淫学之馆，广开阐明淫理之书，使人人皆悉其所以然”，正式提出了性教育的主张。

东瀛传来的性学宝典

在中国，最早登上讲堂公然谈“性”的人之一，是鲁迅。这位“横眉冷对千夫指”的革命导师，其实是个懂人欲之人。

1909年（宣统元年）8月，大清还未亡，鲁迅也还不叫鲁迅，仍以真名“周树人”而为人所知。他刚从日本归国，应聘在杭州两级师范学校教生理卫生课。有一次，不知哪位好奇宝宝提了一句，要求周先生加讲生殖系统。年轻的周先生淡定地答应了。不过在讲课之前，周先生提了一个要求——不许笑。他道：“在这些时候不许笑是个重要条件。因为讲的人的态度是严肃的，如果有人笑，严肃的空气就破坏了。”

讲课效果相当不错，学生们要求“加餐”，纷纷索要油印讲义。不过周先生的讲义写得很简要，甚至故意用了许多古语，比如用“也”字表示女阴，用“了”字表示男阳，对于没有文字学素养，未曾亲耳聆听教诲的人来说，就好比一部天书。

这段珍闻，被鲁迅当时的同事、文学家夏丏尊记录在《鲁迅翁杂忆》中。

清末，生理学教育仅在部分学堂和教会学校等极小的范围内流行。鲁迅能成为这个“小众教育”的先锋，与他在日本学医的经历相关。其二弟周作人两年后从日本归国，也成为性教育的鼓吹者。

清末民初，随着部分留日学生归来，日本在中国的影响力与日俱增。当时国人所接触的西学，大多是以日本为中转站，再传入中国的，在性教育问题上也不例外。比如1901年的《戒淫养身种子男女交合新论》，1902年的《男女婚姻卫生学》等早期性学书籍，其出版、发行均来自这个东瀛岛国的影响。

大约在鲁迅讲授性知识后两三年，12岁的少年潘光旦于一次偶然机会下，看到了一本日本医生写的有关性卫生的书。正在看“小黄书”之际，父亲潘鸿鼎突然闯了进来。不过，他竟然没有责备儿子，反倒说，这是青年人应当看而少年儿童也不妨看的一本书。

原来，这是潘鸿鼎在日本考察后带回来的。潘鸿鼎担任过清末翰林院编修，也曾任职于京师大学堂，其思想开明之程度，即使放在今日，也

令人刮目相看。这段往事，让潘光旦铭感终生，在其译著《性心理学》的译序中还专门提及。

1913年，14岁的潘光旦考入清华学校。已经看过“性”书的潘光旦，在学校图书馆里，发现了西方性心理学大师霭理士的七大册英文原著——《性心理学研究录》。此后，他又接触到弗洛伊德的《精神分析导论》，对其中包含的性发育论倍感兴趣。

对西方性学原典的接触，向潘光旦彻底打开了新世界的大门。1922年，他从清华毕业，赴美留学。其后来所选的学科——生物学、遗传学、优生学等，或多或少，都与性有关。

在潘光旦准备出国前两年，1920年，法国里昂大学哲学博士张竞生已学成归国。在留学期间，正赶上欧洲性解放运动，这引发了他对于性学和性教育的极大关注。

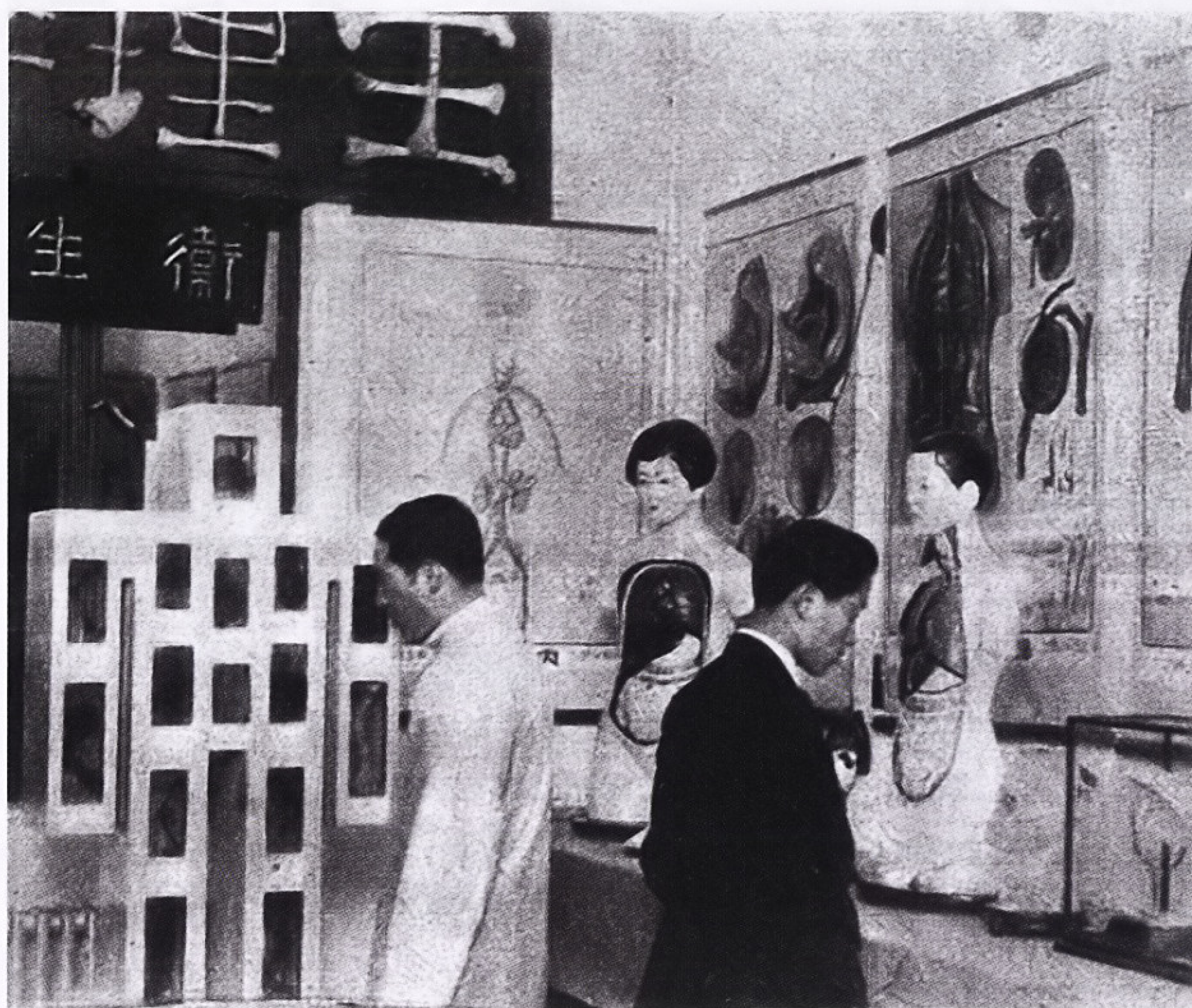
从留日学生、日本学术中转，到阅读欧美原著、亲赴西方留学，中国近现代的性教育，即将迎来一场真正的革命。

是诱发“兽欲”，还是管理本能

1922年4月19日，北京大学里的一场讲座引发了围观热潮。题目是《生育制裁的什么与怎样》，演讲人为美国推行计划生育的先驱山格夫人。据当时媒体报道，听讲之人非常之多，“四壁在站着的，窗户上有爬着的”。

4月30日，山格夫人又在上海职工教育馆作“生育节制的重要和方法”报告。当时担任翻译的是俞庆棠女士，因感到含羞为难而中断，不得不请另一位男医生续任。

除了山格夫人，英国哲学家罗素于五四期间访华时，也曾就婚姻、性道德发表议论，批判了



这是1927年的一次卫生展览。通过这样的公众展览，人体生理学不再局限于知识界之中，真正走向了百姓。
供图/FOTOE

“性道德在女人中比在男人中更为重要”的双重标准。

在西方学者造访东方，大方谈“性”之际，国人也纷纷在媒体、学校探索起此类问题，比如1922年《教育杂志》的“性教育专号”，1923年《青年进步》的“两性问题号”，另外一些影响较大的刊物如《新教育》、《申报》、《中华教育界》、《晨报》副刊等，也陆续加入讨论大军。

20世纪20年代，是一个以五四运动为开端的时代，新文化之思潮汹涌澎湃，性教育即是其中一议题。再加上当时女权运动勃兴，性教育更被认为是助推女性解放，争取男女平权的一个必要手段。



经历了民国时期的繁荣后，性教育在建国尤其是文革后陷入低潮，直到改革开放后才逐渐复苏。这是上世纪80年代，河南乡村计划生育的一幅漫画，以妇孺皆知的宝玉、黛玉故事为背景，旨在说明“近亲不能结婚”的道理。图中宝玉所拿之书，正是《卫生学》。
供图／FOTOE

不过，旧有的观念和道德，依旧根深蒂固。当时之社会舆论，仍然有种种否定的论调，“无师自通”论、“诱发”论等喧嚣甚上。前者认为，性是由本能控制的，正如吃饭喝水一样，是不需要教的，到了一定的年龄，人就会无师自通，结婚生子。后者更是危言耸听，坚信对青少年进行性教育，会造成刺激，引发兽欲的冲动，从而造成不道德的行为。

种种观念，且不说当日，即使在今天，依旧大有市场。不过当年的教育先驱已给出了有力的回应。比如鲁迅的三弟、生物学家周建人，就针对“无师自通”论说到：“人类进化了，他生活在组织繁密的社会里，和生活在自然中的动物不同，因此不能不用教育将各种本能加以陶熔，并且加以各项知识，使人能够管理这具活机器。”而对于“诱发论”，学者陈兆蘅的反击可谓针锋相对：“可将卑鄙贱价小说中所用之迂曲暗语译成显明之文词，即可使所有引人入邪之危险作用完全消失。”也就是说，性教育是科学而理性的，而淫秽小说则旨在挑逗，所以前者不但不会引发性罪错，反倒能增强人的辨别能力、承受能力和抵抗能力。

破旧之外，新知的传播也紧跟而上。鲁迅、周作人、周建人三兄弟，继续在为宣扬性教育而努力。自1926年学成归国后，潘光旦在上海开始了执教生涯。关于性教育，他除了直接的研究外，还特意在大众媒体上，对与性有关的社会事件、法律问题进行讨论，以求起到性科普的作用，其讨论范围涉及易性乔装、性犯罪、生育、同性恋等诸多层面，理念之先进，研究之深入，即使在今日看来，亦颇为先锋。

“卖春博士”的激进试验

走得最激进、最远的，当属张竞生。

刚刚去世的著名学者李敖曾说，民国时期主张公开在教室里做人体写生的刘海粟、写《性史》而被诬为“卖春博士”的张竞生、唱“黄色歌曲”毛毛雨的黎锦晖，被传统势力视作“三大文妖”，然而，随着时代潮流的推进，他们终究被证明了是先知者。

1921年，蔡元培邀请张竞生到北大哲学系任教。就任后，张竞生陆续开设了西方哲学史、法国唯理论、美学、性心理学等课程，成为中国首个在大学开设性心理学课程之人。讲堂耕耘几年之后，他干了一件几乎令自己身败名裂的事情。

事情的导火索，是一本小册子。1926年5月，张竞生以“性育社”的名义，出版了一本名为《性史》的小册子，作为《性育丛书》第一集，书中收集的是张竞生通过在北京报纸上刊登广告征集来的稿件中的几篇，包括《我的性经历》（一舸女士）、《初次的性交》（小江平）、《我之性生活》（SW生）、《春风初度玉门关》（映青）等内

容。张竞生为之作序，并在每篇文章之后加按语，发表了许多直白坦荡的议论。

如今看来，这本《性史》，是关于性风俗、性心理的第一手资料。而张竞生在其中发表的诸多议论，也多有让人振聋发聩之处，比如关于“淫”，他道：“我们所谓淫不淫，就在男女之间有情与无情。若有情的，不管谁对谁皆不是淫；若无情的，虽属夫妇也谓之淫。”这种观念，即使在今日来看，亦颇有启发。

不过在当时，张竞生似乎走得太远了，远到连许多开明人士都无法容忍，比如南开学校校长张伯苓，就亲自致函天津警察厅，请求查抄淫书，导致天津出售《性史》的一些书店纷纷被查封。更令人哭笑不得的是，因为《性史》的畅销，一些不法书商盗用张竞生的名字，连续出版《性史》续集，甚至出版署名为张竞生的《性艺》、《性典》、《性史补》、《性史补外补》等淫秽下流之作。于是，不明真相的群众，给张竞生扣上了“卖春博士”的大帽子。

一部《性史》，让张竞生身处舆论风暴的漩涡，几乎无立足之地。1926年秋，他南下上海，随后宣布与北大脱离关系，并与友人在上海合资开办“美的书店”，编印《性育小丛书》等书籍，继续进行性教育普及。但同样的，他新的尝试依旧惹来天下物议，书店也在两年之后被迫关门。此后，张竞生激进的性教育步伐，逐渐停歇下来。

月经是不是病

上世纪20年代，激进的性教育革命，远没有获得成功的希望，然而经历了这些轰轰烈烈的讨论，风风火火的实验，一些东西还是逐渐沉淀了下来。

1929年，《初级中学生理卫生暂行课程标准》颁布，其中“性的发育行为和责任（注意春机发动时期的身心变化）”，首次作为教材大纲的内容条目写入课程标准。此后，性教育被规定为中学教育的一项重要内容，开始走向制度化和规范化。有学者统计，现存的民国生理卫生教材中，将性教育编入其中的多达22本。

不过以今日之眼光去看，民国的性教育教材甚至性学专著，颇有一些时代的局限，或者说是时代的烙印。比如1930年世界书局出版的《初中生理卫生学》中，即认为女性的月经、男性的遗精是生理疾病，需要“求医整治”。到了1933年商务印书馆出版的《复兴初级中学教科书卫生学》里，才把月经期间的腹痛、腰痛等，认定为正常生理现象。再如1941年上海黎明书局出版的《性教育法》中，对“手淫”持彻底否定之观点，认为：“手淫的结果，就酿成神经衰弱症、夫妇不和睦，及丧失生殖力，甚或夭折其他恶症。这是何等危险！”

尽管有着种种局限，总体来看，民国时期的性教育教材和论著，已基本涵盖了性生理、性心理、性卫生、性道德等重要内容，其细致和全面程度，足令后世钦佩。

鲁迅先生去世之后，其妻许广平女士曾在《鲁迅先生与海婴》一文中写过这么一段话：“对于孩子的性教育，他是极为平凡的，就是绝没有神秘性。赤裸的身体，在洗浴的时候，是并不禁止海婴的走出走进的。实体的观察，实物的研究，偶有疑问，随时解答，见惯了双亲，也就对于一切人体都了解，没有什么惊奇了。”

作为中国性教育的先驱，鲁迅十分注重家庭的性教育，甚至把性教育的时段，提至孩童时期。其三弟周建人也指出，“小学是教授性知识极重要的阶段”，当在儿童四五岁时，“初步的教授当用花”，待儿童长大，“渐渐由花而及于鱼、鸟、哺乳动物，而至于人类的生育”。对于仍被小学生性侵问题所困扰，仍在争论小学生性教育尺度的今天，先辈们的种种观念和实践，或不无启发。

责任编辑／马赛屏 图片编辑／朱浩 版式设计／刘扬

火腿为什么这样“火”

撰文／韩韬　绘画／鱼丁

在吃上，往往是地域限制着我们的想象力，比如火腿。我是山东人，山东人原来就不怎么懂得吃火腿，哪个部位，有什么讲究，做什么菜式一概不理，山东人原来是吃清酱肉的。如今，火腿随着粤菜、淮扬菜火了起来，以至于山珍海味们八成要和火腿“有一腿”。

我却以为，吃火腿能突出本味才是最好，就那么煮熟，再用利刀切成薄片，一口咬下，慢慢补一盅美酒，足矣！就那么煮熟？说来虽是轻巧，可真要下手煮熟一整只火腿，却不容易。须在净水中浸泡两三日，每日换水，刮去表皮油渍，剜去大骨（不是有经验的师傅做不好），之后用麻绳紧紧缚扎，才下锅煮沸，大火煎熬，小火慢炖，又大火煎熬，取出放冷才得食用，用心的，还要加一道焗的工序，出品更香。香港有家烧腊店，叫做华丰，每天仅仅制作两只出售，腰肪部位是极致的美味。

火腿的薄片瘦肉似火，肥肉透光，这也是“火”腿名字的来历。火腿业都奉祖师爷“宗泽”，就是那位南宋抗金名将。相传，宗泽是浙江金华人，家乡百姓踊跃向前线送粮送肉，运送时间长达数月，所以就用盐来擦拭猪肉再风干，宗泽发现腌制的腿肉色红如火，便为其取名“火腿”。如今，“金华火腿”仍是中国最富盛誉的火腿。

名声可以与之媲美的，大约只有“宣威火腿”了，也叫“云腿”。宣威火腿要用乌蒙猪，猪骨架高，膘极厚，因此云腿大而肥，肉质细腻，微带甜味。说到做甜火腿，清代美食家袁枚在《随园食单》上推荐过一道“蜜火腿”，据说“其香隔户便至，甘鲜异常”，还称之为“尤物”。

火腿另有一个别称——“兰薰”，这是说它的滋味如幽兰之香，但若论这种隽永和深沉，还是金华火腿胜出一筹。

这里还有一段公案。金华火腿旧时被称作“杭腿”，可它并不产自杭州，甚至也不能说产自金华。准确来说，只有金华府辖下的小小县城——东阳产的火腿，才有资格叫金华火腿。那里的火腿叫“熏蹄”，腌之以台盐、熏之以松烟，制之以东阳之法，方胜常品。

这还不够，过去东阳也只有南城才出好货。若要好中再选好，惟有蒋氏祠堂前面的空地上晒成的“蒋腿”，才是真正的上品。曾有朋友告诉我，火腿之“火”，最终要归功于阳光，东阳当地人把这个过程叫“晒火腿”。据说，东阳的太阳在每年立冬后到立春前之间的3个月是全球最好的，两天就可以把白白的猪腿晒到发黄，别处没有。而我更愿意把其中的原因归于“地气”。

环境对了，猪也要对才行。要选金华“两头乌”，生长到介于乳猪和大猪之间时屠制，每一只腿都在四到七斤之间，所以金华火腿显得格外“秀气”。把腿腌在偌大的泥缸里，一缸里就有三、四十只，其中还要嵌进去一只狗腿，有人叫它“戍腿”，又俗称是“金腿”。这大泥缸封得也讲究，古法是用铺满的茶叶作盖子。因此，又多了一个“茶腿”的说法。

出了缸，在东阳的太阳下晒两天，又在东阳的地界上储藏七天，已经得了火腿的黄色，只是还不见油光，便还不够美，但是已经可以运出了，在以后的货运、贩卖的路上，内里的油脂将会慢慢溢出来，不消一个月，色、香、味俱全的金华火腿全面养成。开缸，取出来出

售，这才是真真正正新鲜的火腿。

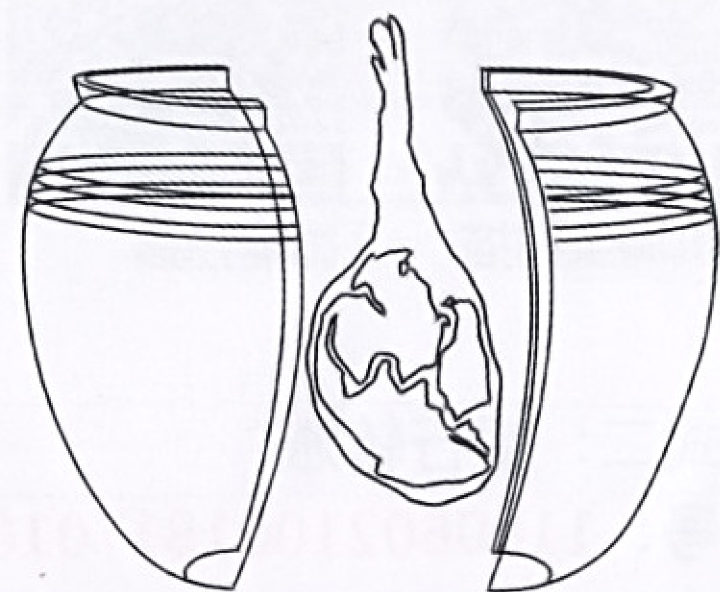
如今，火腿在北方火起来，真的是北方人的口福。推荐南北双“方”，两道菜一是上海本帮菜的蜜汁火方，一是淮扬菜的清汤火方。还有杭州老派菜肴炖金银蹄，是用火腿炖鲜猪蹄，由于带着骨香，火候一到，美不可言。

尤胜过金银蹄的，还有一道清蒸火腿，用的是最精华的腰肪部分，加醇厚的花雕蒸制，熟透后切做半寸见方的小块儿，入口弥香。当年梁实秋先生谈过这道菜，据说曾在南京“北万全”吃过，结果让他半个多世纪不能忘怀。



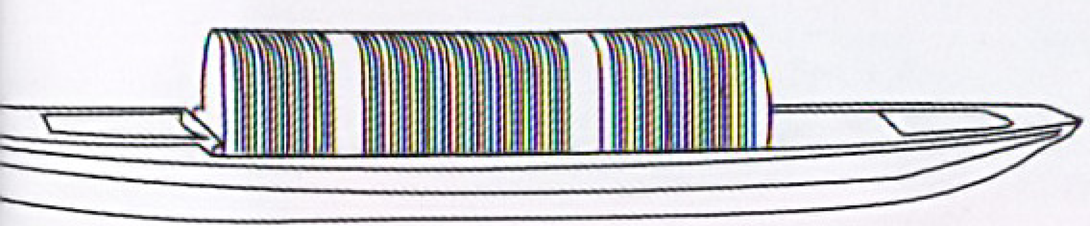
金腿云腿哪家强

『火腿出金华』，经过古法炮制的金华火腿，有着俏丽的外形、独特的芳香，好美食者无不惜『腿』如金，图中右方秀气的那只即为金腿。与之相比，产自云南宣威的云腿就壮硕多了，其形似琵琶，色泽诱人而咸香带甜。不同的物产，不同的『养成』条件，带来了各擅胜场的美味。



“戌腿”的秘密

古法金腿有异香，是因为旧日腌制火腿时，缸内会插一只狗腿，用以提香，如今这种做法已消失，不过却有单独腌制戌腿的做法，肉质全瘦，适合蒸熟切片，味淡而鲜香。



少不了的“乌篷船”

在传统金腿的制作工程里，还有一个决定成败的关键工序，在乌篷船上发酵。原本用于运输的环节，却因为恰好合适的温度和湿度，带给火腿特殊的风味和不可替代的美感。



2018年会员招募

热线：4006-521-360



杂志会员价

	1年（2018）	3年（2018—2020年）
《中国国家地理》	360元	980元 ~~（定价1080元）~~
《中华遗产》	360元	980元 ~~（定价1080元）~~
《博物》	180元	510元 ~~（定价540元）~~
《中国国家地理》+《博物》	430元 ~~（定价540元）~~	
《中国国家地理》+《中华遗产》	570元 ~~（定价720元）~~	
《中国国家地理》+《中华遗产》+《博物》	690元 ~~（定价900元）~~	

付款方式

方式一：网购（支付宝／网银／微信）

1. 地理商城

http://store.dili360.com

2. 淘宝旗舰店

http://zhongguoguojiadili.tmall.com

3：中国国家地理微店



手机淘宝扫描



微信扫描

注意 杂志社接到读者反映：有不法商贩电话推销本刊，在支付刊款后却收不到书刊，造成财产损失。故此提醒读者，请到杂志社认证发行渠道购买，或致电杂志社服务热线 4006-521-360 确认。

方式二：银行转账

账号： 110060210018170104758

开户行：交通银行北京分行亚运村支行

开户名：北京翰林英华文化传媒有限公司

为便于我们更好地为您服务，请把转账凭证及收件人的联系方式和所购产品信息一起传真至010-64859755

方式三：邮政商务汇款

商户客户号： 111310100

商户客户名称：北京翰林英华文化传媒有限公司

《中国国家地理》订阅卡

包含12期《中国国家地理》杂志，我们负责邮寄。为企业和个人准备的可以享用整年的问候，持卡人只需刮开密码就可自行激活卡片并完成下单，杂志每月寄送。

定价：360元／张

团购热线：4006521360



新 品 预 告

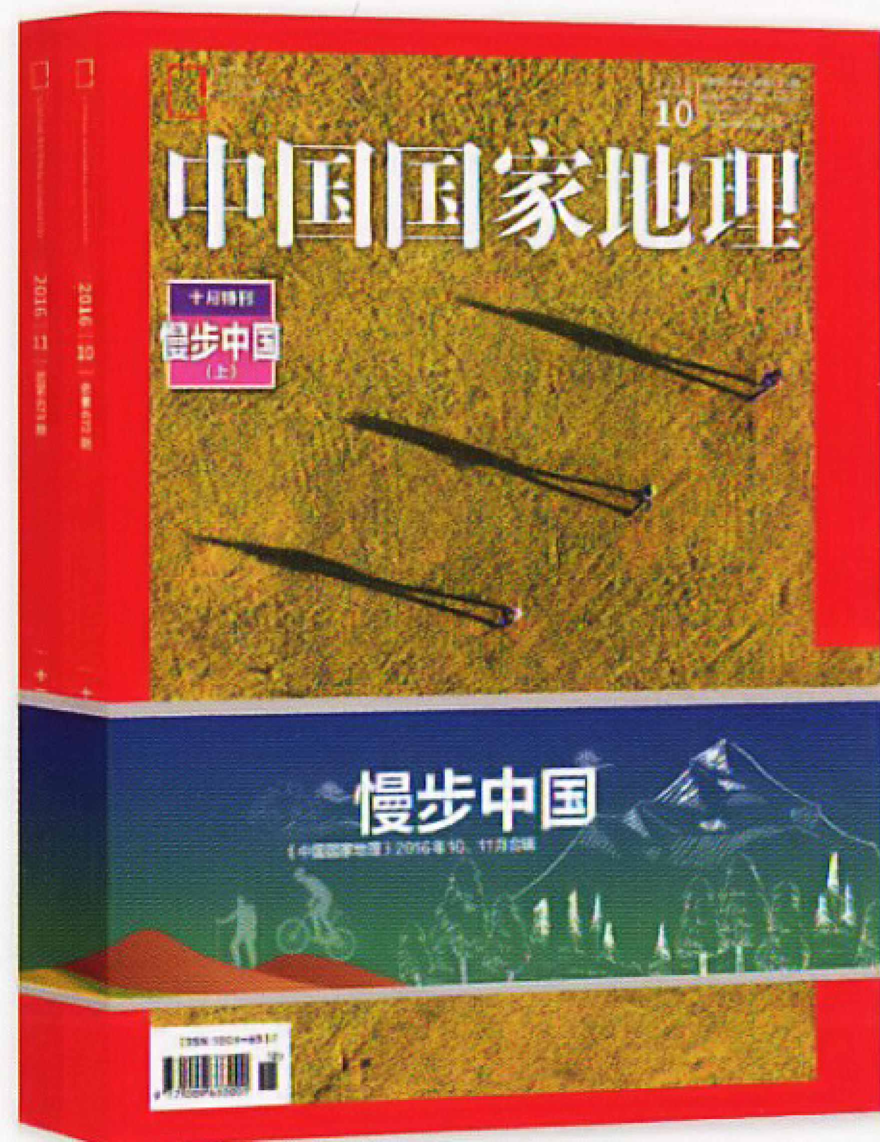


《中国国家地理·广西专辑》
——中国国家地理杂志 2018 年 1、2 月合辑

对广西的印象是不是仍停留在“桂林山水甲天下”呢？其实广西处处是桂林。《广西专辑》不仅形象地展示了广西的自然风光，还讲述着广西是“最甜的省区”、“最长寿的省区”等众多国内之最。



定价 ※ 60.00 元 / 套

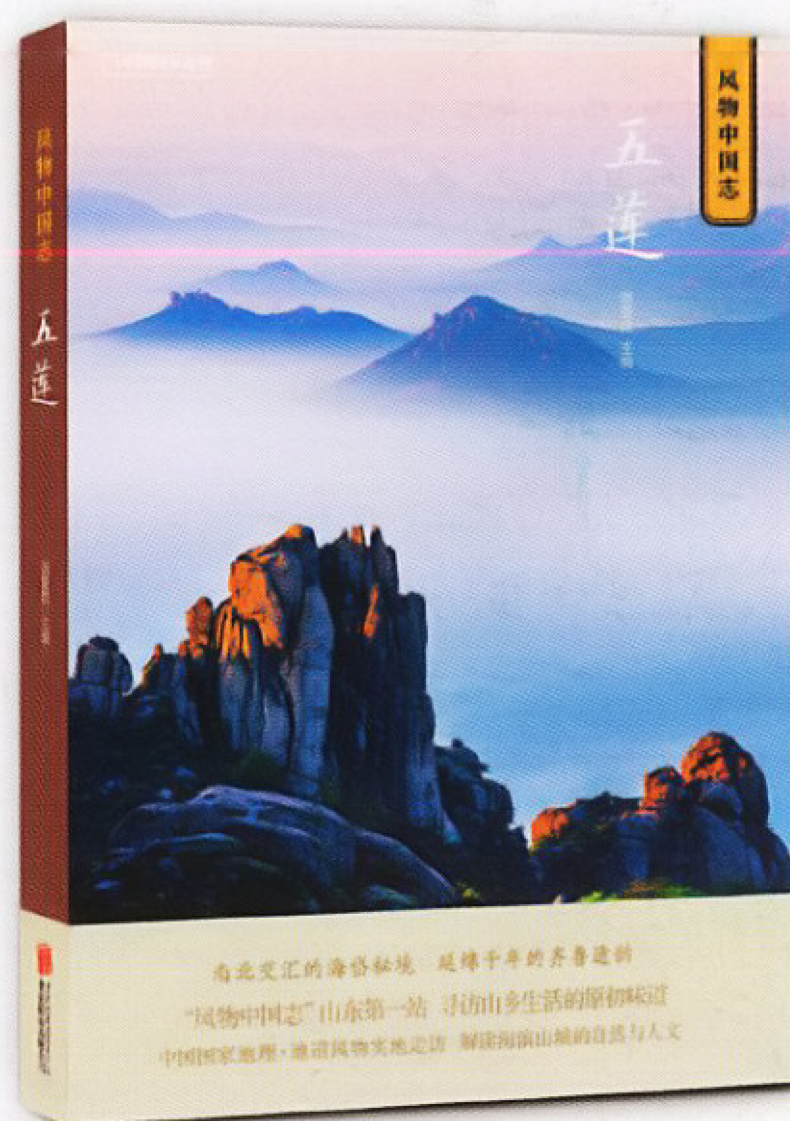


《中国国家地理·慢步中国》
——中国国家地理杂志 2016 年 10、11 月合辑

近些年来，徒步开始流行起来。这里的“徒步”显然已经不是字典中它的含义了，而是作为一种时尚的出现。《慢步中国》里详尽介绍了众多徒步路线，如：喀喇昆仑山里的“冰川长廊”、穿越阿尔金山无人区、新疆观兽路线等。



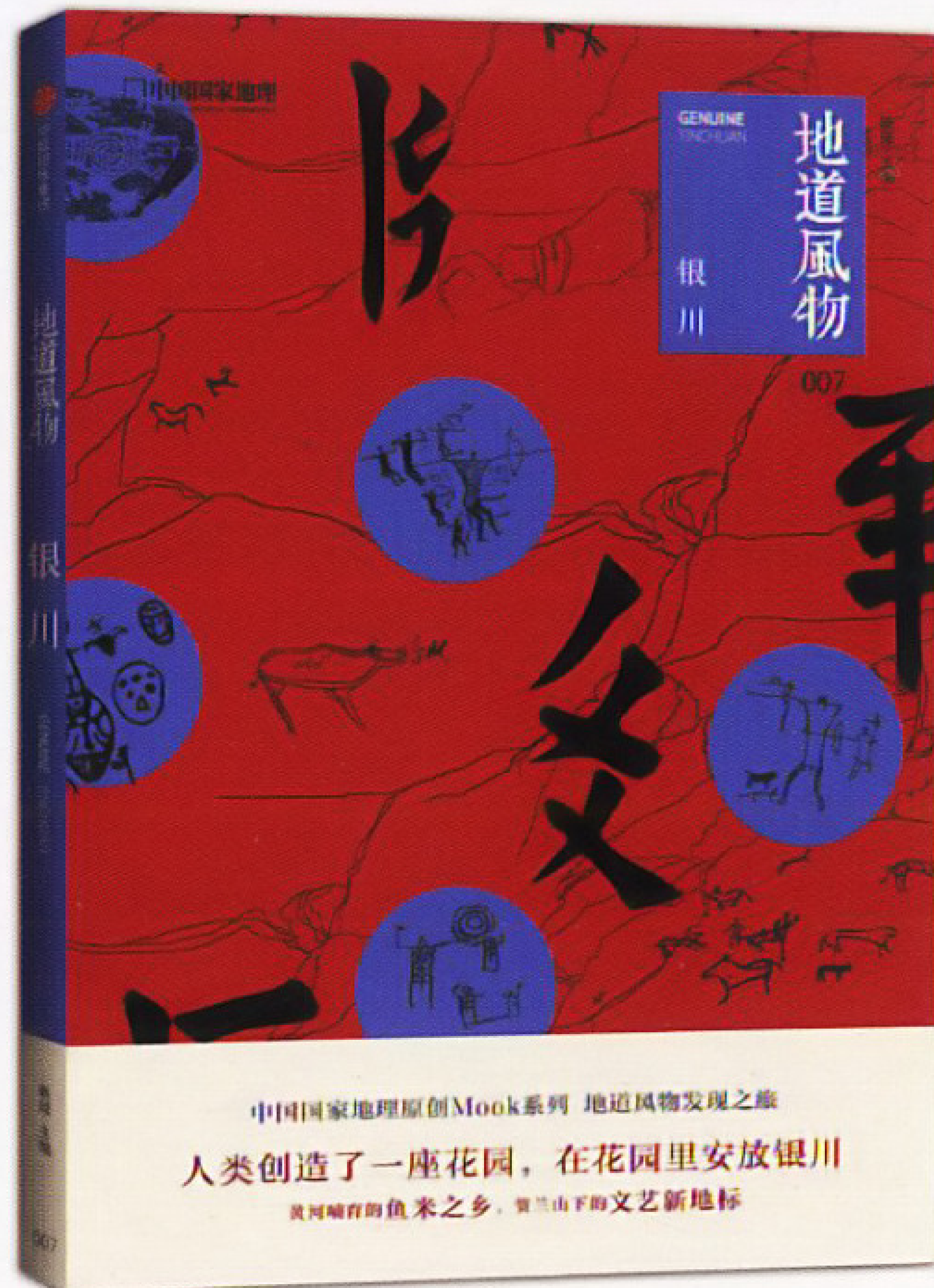
定价 ※ 40.00 元 / 套



《五莲》“风物中国志”系列

主编 ※ 范亚昆
装帧 ※ 16 开 ◎ 244 页
定价 ※ 58.00 元
预售价 ※ 49.00 元

五莲是山东省日照市下辖县，齐鲁遗韵延绵千年。本书由中国国家地理·地道风物团队实地走访，探寻五莲山乡生活的原初味道，解读海滨山城的自然与人文，揭秘南北交汇的海岱秘境。



《地道风物·银川》

主编 ※ 姚瑶
齐白石 / 绘；周梦烨 / 注
装帧 ※ 16 开◎平装◎ 224 页
定价 ※ 68.00 元
预售价 ※ 58.00 元

人类创造了一座花园，在花园里安放银川。它是黄河哺育的鱼米之乡，也是贺兰山下的文艺新地标，打开本书，重新认识这一面野得豪放，一面美得细腻，既古老又年轻的宝地。

红陶胡人踏鼓蹴鞠像

宋

镇江博物馆藏



摄影 / Naomi